

ผลของการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษา
ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น

ว่าที่ร้อยตรีหญิงพัชรี พูลสวัสดิ์

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาสุศึกษาและพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและการสอน
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ปีการศึกษา 2556
ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทคัดย่อและแฟ้มข้อมูลฉบับเต็มของวิทยานิพนธ์ตั้งแต่ปีการศึกษา 2554 ที่ให้บริการในคลังปัญญาจุฬาฯ (CUIR)
เป็นแฟ้มข้อมูลของนิสิตเจ้าของวิทยานิพนธ์ที่ส่งผ่านทางบัณฑิตวิทยาลัย

The abstract and full text of theses from the academic year 2011 in Chulalongkorn University Intellectual Repository (CUIR)
are the thesis authors' files submitted through the Graduate School.

EFFECTS OF PHYSICAL EDUCATION LEARNING MANAGEMENT USING
MOTIVATION ON PHYSICAL EDUCATION LEARNING ACHEIVEMENTS
OF LOWER SECONDARY SCHOOL STUDENTS

Acting Sub Lt. Patcharee Pullsawad

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of Master of Education Program in Health and Physical Education

Department of Curriculum and Instruction

Faculty of Education

Chulalongkorn University

Academic Year 2013

Copyright of Chulalongkorn University

หัวข้อวิทยานิพนธ์

ผลของการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจที่มี
ต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษาของนักเรียน
มัธยมศึกษาตอนต้น

โดย

ว่าที่ร้อยตรีหญิงพัชรี พูลสวัสดิ์

สาขาวิชา

สุขศึกษาและพลศึกษา

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

อาจารย์ ดร.รุ่งระวี สมะวรรณนะ

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้รับวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่ง
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต

..... คณบดีคณะครุศาสตร์

(รองศาสตราจารย์ ดร.ชนิตา รักษ์พลเมือง)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

..... ประธานกรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร.เอ็มอัชฌา วัฒนบูรานนท์)

..... อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

(อาจารย์ ดร.รุ่งระวี สมะวรรณนะ)

..... กรรมการภายนอกมหาวิทยาลัย

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมบูรณ์ อินทร์ธมยา)

ว่าที่ร้อยตรีหญิงพัชรี พูลสวัสดิ์ : ผลของการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษาของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น. (EFFECTS OF PHYSICAL EDUCATION LEARNING MANAGEMENT USING MOTIVATION ON PHYSICAL EDUCATION LEARNING ACHEIVEMENTS OF LOWER SECONDARY SCHOOL STUDENTS) อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก : อาจารย์ ดร.รุ่งระวี สมะวรรณนะ, 257 หน้า.

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) เปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุม 2) เปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองกับนักเรียนกลุ่มควบคุม กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนราชดำริ สังกัดกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2555 จำนวน 93 คน แบ่งเป็นนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจ จำนวน 47 คน และนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยวิธีปกติ จำนวน 46 คน ได้มาจากการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ แผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษา จำนวน 8 แผน มีค่าดัชนีความสอดคล้องเท่ากับ 0.66 และแบบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษา มีค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.82 วิเคราะห์ข้อมูลโดยหาค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยด้วยการทดสอบค่าที

ผลการวิจัยพบว่า

- 1) คะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
- 2) คะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนกลุ่มควบคุม หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
- 3) คะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ภาควิชา.....หลักสูตรและการสอน.....ลายมือชื่อนิติ.....
 สาขาวิชา.....สุศึกษาและพลศึกษา.....ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก.....
 ปีการศึกษา.....2556.....

548 33678 27 : MAJOR HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION

KEYWORDS : PHYSICAL EDUCATION/ MOTIVATION/ LEARNING ACHEIVEMENTS

ActingSubLt. PATCHAREE PULLSAWAD : EFFECTS OF PHYSICAL EDUCATION
LEARNING MANAGEMENT USING MOTIVATION ON PHYSICAL EDUCATION
LEARNING ACHEIVEMENTS OF LOWER SECONDARY SCHOOL STUDENTS.
ADVISOR : RUNGRAWEE SAMAWATTANA, Ph.D., 257 pp.

The purposes of this research were: 1) to compare the learning achievement before and after the treatment in the experimental group and control group. 2) to compare the learning achievement after the treatment between the experimental group with the control group. The purposive sampling was used in order to select the samples of 93 students from Mathayomsuksa one of Rachadamri School, under the Department of General Education, Ministry of Education, during the second semester of academic year 2012. The sample was divided into two groups; 47 students in the experimental group received physical education learning management using motivation while the other 46 students in control group received the conventional teaching. The research instruments were composed of the learning activity plans using motivation with an index of congruence of 0.66 and the physical education learning achievement test with a reliability of 0.82. The statistics used for analyzing data were mean, standard deviation , and t-test.

The findings revealed that:

- 1) The mean scores of physical education learning achievement of the experimental group students after treatment were significantly higher than before treatment at .05 level.
- 2) The mean scores of physical education learning achievement of the control group students after treatment were significantly higher than before treatment at .05 level.
- 3) The mean scores of learning achievement after treatment of the experimental group students were significantly higher than the control group students at .05 level.

Department :Curriculum and Instruction.....Student’s Signature.....

Field of Study :Health and Physical Education...Advisor’s Signature.....

Academic Year :2013.....

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ สำเร็จได้ด้วยความกรุณาของ อาจารย์ ดร.รุ่งระวี สมะวรรณนะ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ตลอดจน รองศาสตราจารย์ ดร.เอมอัชฌา วัฒนบูรานนท์ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมบูรณ์ อินทร์ธมยา ซึ่งเป็นผู้ให้คำแนะนำ และแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ในการวิจัยครั้งนี้ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุธนะ ดิงศภักดิ์ ประธานสาขาวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งอย่างยิ่ง จึงขอกราบขอบคุณอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้

ผู้วิจัยขอกราบขอบคุณ รองศาสตราจารย์จรพงษ์ เพชรเลิศอนันต์ อาจารย์ ดร.เบญจมาศ เกิดมาลัย อาจารย์ ดร.ถาวรินทร์ รัศมีบำรุง อาจารย์ชลชัย อานามนารถ และอาจารย์วิเชียร ธรรมานิมิตกุล ที่เสียสละเวลาเป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ผู้วิจัยขอกราบขอบคุณ อาจารย์โรงเรียนราชดำริ กรุงเทพมหานคร ที่ให้ความอนุเคราะห์และอำนวยความสะดวกในเรื่องสถานที่ วัสดุอุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกต่าง ๆ ในการจัดการเรียนการสอนพลศึกษา เป็นอย่างดี

ผู้วิจัยขอขอบคุณเพื่อน และพี่น้อง นิสิตระดับมหบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและการสอน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ที่ให้ความช่วยเหลือและเป็นกำลังใจให้กันตลอดมา

ผู้วิจัยขอกราบขอบคุณบุคคลในครอบครัว ที่ส่งเสริมและสนับสนุนให้ได้รับการศึกษาที่ดี ให้ความรัก ความอบอุ่น ความห่วงใย การดูแลเอาใจใส่ และเป็นกำลังใจที่สำคัญตลอดมา และขอกราบขอบคุณครู อาจารย์ที่ได้ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ อบรมสั่งสอนผู้วิจัยตลอดมา

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ฅ
สารบัญภาพ.....	ญ
บทที่	
1 บทนำ	
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
คำถามวิจัย.....	5
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	5
สมมติฐานการวิจัย.....	5
ขอบเขตของการวิจัย.....	6
คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย.....	6
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	7
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	
การจัดการเรียนรู้พลศึกษา.....	8
แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวกับแรงจูงใจ.....	14
ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน.....	33
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	53
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	60
ขั้นตอนที่ 1 การเตรียมการทดลอง.....	62
ขั้นตอนที่ 2 การดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล.....	64
ขั้นตอนที่ 3 การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้.....	65

บทที่		
4	ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	75
	ตอนที่ 1 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อน และหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัด การเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจ และนักเรียนกลุ่มควบคุม ที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยวิธีปกติ.....	75
	ตอนที่ 2 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลัง การทดลอง ระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดการเรียนรู้ พลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจ กับนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับ การจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยวิธีปกติ.....	81
5	สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	
	สรุปผลการวิจัย.....	85
	อภิปรายผลการวิจัย.....	88
	ข้อเสนอแนะ.....	92
	รายการอ้างอิง.....	93
	ภาคผนวก.....	98
	ภาคผนวก ก รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ	99
	ภาคผนวก ข การเปรียบเทียบการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจ กับโดยวิธีปกติ.....	101
	ภาคผนวก ค แผนการจัดการเรียนรู้ระยะยาว วิชาเทเบิลเทนนิส.....	107
	ภาคผนวก ง แบบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษา.....	201
	ภาคผนวก จ คะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษาของนักเรียนกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ก่อนเรียนและหลังเรียน.....	238
	ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์.....	247

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
3.1	แบบแผนการทดลอง	64
3.2	การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ของปัญหาผลสัมฤทธิ์ทางพลศึกษากับการใช้แรงจูงใจ.....	67
3.3	ผลการสังเคราะห์ทฤษฎีแรงจูงใจ เพื่อการประยุกต์ใช้ในการพัฒนาผลของการจัดการเรียนรู้ทางพลศึกษา โดยใช้แรงจูงใจที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น.....	69
3.4	ตัวอย่างการนำแรงจูงใจไปประยุกต์ใช้ในชั้นของการสอน	72
4.1	ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุม.....	76
4.2	ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลอง จำแนกตามองค์ประกอบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในแต่ละด้าน.....	77
4.3	การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มควบคุม จำแนกตามองค์ประกอบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในแต่ละด้าน.....	79
4.4	ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุม.....	81
4.5	ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังการทดลอง ของนักเรียนกลุ่มทดลองกับนักเรียนกลุ่มควบคุม จำแนกตามองค์ประกอบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ในแต่ละด้าน.....	83

สารบัญญภาพ

แผนภาพที่	หน้า
2.1	ทฤษฎีดั้งเดิม หรือทฤษฎีรูปแบบการเคลื่อนไหวต่าง ๆ..... 43
2.2	ทฤษฎีการสร้างแรงจูงใจ หรือการกำหนดเป้าหมาย..... 43
2.3	กรอบแนวคิดในการวิจัย..... 59
3.1	สรุปขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย..... 61
4.1	การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนและหลังการทดลอง ของนักเรียนกลุ่มทดลอง และนักเรียนกลุ่มควบคุม..... 77
4.2	การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนและหลังการทดลอง ของนักเรียนกลุ่มทดลอง จำแนกตามองค์ประกอบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน..... 79
4.3	การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนและหลังการทดลอง ของนักเรียนกลุ่มควบคุม จำแนกตามองค์ประกอบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน..... 81
4.4	การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนและหลังการทดลอง ระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลอง กับนักเรียนกลุ่มควบคุม..... 82
4.5	การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังการทดลอง ของนักเรียนกลุ่มทดลองกับนักเรียนกลุ่มควบคุม จำแนกตามองค์ประกอบ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ในแต่ละด้าน..... 84

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในสังคมปัจจุบันให้ความสำคัญกับผู้ที่มิระดับสติปัญญาหรือเขาว์ปัญญาสูง โดยเชื่อว่าผู้ที่ประสบความสำเร็จในชีวิตทั้งทางการเรียนหรือแม้กระทั่งการทำงานว่าเป็นผู้ที่เก่งมีระดับสติปัญญาที่ดี ความเจริญก้าวหน้าของประเทศในด้านต่าง ๆ นั้น ประชาชนในประเทศมีส่วนสำคัญที่จะต้องเป็นประชากรที่มีคุณภาพของสังคมและประเทศ สังคมใด ประเทศใดมีความเจริญก้าวหน้ามากน้อยเพียงใดนั้นสิ่งสำคัญ คือ ประชากรส่วนใหญ่จะต้องมีสมรรถภาพทางกายและสมรรถภาพทางจิตใจที่ดี และสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข นำไปสู่ความเจริญรุ่งเรืองของสังคมและการที่จะพัฒนาสรรพากรบุคคลให้มีคุณภาพที่ดีได้นั้นขึ้นอยู่กับองค์ประกอบหลายประการที่สำคัญประการหนึ่งคือ การมีสุขภาพชีวิตที่ดีซึ่งต้องอาศัยการให้การศึกษาเรื่องสุขภาพเป็นสำคัญ (จิราภรณ์ ศิริประเสริฐ, 2543)

จากรายงานสถานการณ์สุขภาพในประเทศไทย ปี 2553 พบว่าปัญหาสุขภาพของนักเรียนเกิดจากการขาดการออกกำลังกาย การละเลยการออกกำลังกาย การไม่ให้ความสำคัญในการออกกำลังกาย และปัญหาที่เกิดจากการไม่ออกกำลังกาย หรือเล่นกีฬา ทำให้ภูมิคุ้มกันโรคในร่างกายต่ำลง เจ็บป่วยง่าย ด้านการเจริญเติบโตหากขาดการออกกำลังกายกระดูกจะเล็กเปราะบาง และขยายด้านความยาวได้ไม่เท่าที่ควร ทำให้เติบโตช้า กระดูกอ่อน ด้านรูปร่างทรวดทรงโครงกระดูกและกล้ามเนื้อที่ปกคลุมอยู่ รูปร่างของมนุษย์ เมื่อกระดูกมีการเจริญเติบโตน้อยและช้า กล้ามเนื้อมีปริมาณน้อยเพราะขาดการออกกำลังกาย จึงทำให้รูปร่างผอมบางไม่แข็งแรง ด้านสมรรถภาพทางกาย การออกกำลังกายมีผลโดยตรงต่อสมรรถภาพทางกายในด้านต่างๆ หากไม่ ออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา การทำงานของระบบในร่างกายจะต่ำลง ทั้งระบบหายใจ ระบบไหลเวียนเลือด การประสานงานระหว่างกล้ามเนื้อและระบบประสาทที่ต่ำด้วย ด้านสังคมและจิตใจ การออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาเป็นกลุ่มจะทำให้รู้จักปรับตัวเข้ากับสังคม หากขาดการออกกำลังกายมักเก็บตัว มีเพื่อนน้อย บางรายหันไปหาอบายมุขหรือพวดยาเสพติด ซึ่งเป็นปัญหาใหญ่ของสังคมปัจจุบัน การออกกำลังกายเป็นประจำจะมีนิสัยชอบออกกำลังกายติดตัวไปด้วย (กระทรวงศึกษาธิการ, 2553; รายงานสถานการณ์สุขภาพ, 2553)

หลักสูตรแกนกลางการพัฒนาศึกษาขั้นพื้นฐาน ปีพุทธศักราช 2551 เป็นหลักสูตร ที่มุ่งพัฒนาผู้เรียนทุกคนให้เป็นมนุษย์ที่มีความสมดุลทั้งด้านร่างกาย ความรู้ คุณธรรม การพัฒนาผู้เรียน

ให้เกิดความสมดุลนั้น ต้องคำนึงถึงหลักการพัฒนาทางสมองและพหุปัญญา หลักสูตรแกนกลาง การศึกษาขั้นพื้นฐาน ในแต่ละกลุ่มสาระการเรียนรู้ได้กำหนดมาตรฐานการเรียนรู้เป็นเป้าหมาย สำคัญของการพัฒนาคุณภาพผู้เรียน มาตรฐานการเรียนรู้ได้ระบุถึงสิ่งที่ผู้เรียน ฟังรู้ และปฏิบัติได้ มี คุณธรรมจริยธรรม และค่านิยมที่พึงประสงค์เมื่อจบการศึกษาขั้นพื้นฐาน กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุข ศึกษาศาสตร์ และพลศึกษามุ่งเน้นการศึกษาด้านสุขภาพที่มีเป้าหมาย เพื่อการดำรงสุขภาพ การสร้างเสริม สุขภาพและการพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคคล ครอบครัว และชุมชนให้ยั่งยืน การเข้าร่วมกิจกรรม พลศึกษานั้นถ้าหากเราเคยฟังเพลงกราวกีฬาที่ประพันธ์โดย เจ้าพระยาธรรมศักดิ์มนตรี หรือ “ครู เทพ” ลองวิเคราะห์จะพบว่าเนื้อร้องทั้งหมด จะบรรยายถึงคุณค่าการออกกำลังกาย หรือการเล่นกีฬา ซึ่งตรงกับวัตถุประสงค์ของพลศึกษา (หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน, 2551)

วิชาพลศึกษาเป็นการศึกษาแขนงหนึ่งซึ่งมีวัตถุประสงค์ให้ผู้เรียนเกิดการพัฒนาตาม วัตถุประสงค์ของการศึกษาได้ครบทุกองค์ประกอบ ในการเรียนการสอนวิชาพลศึกษานั้น นอกจาก จะเป็นการเรียนการสอนเพื่อให้นักเรียนมีร่างกายแข็งแรงแล้ว ยังมีวิธีการสอนและการจัด กิจกรรมทางกายที่สามารถทำให้นักเรียนเกิดพัฒนาการในด้านอื่นๆ เพื่อให้นักเรียนมีความเป็น คน ที่สมบูรณ์ควบคู่กันไปด้วยได้ (วรศักดิ์ เพียรชอบ, 2548) วิชาพลศึกษาทำให้ผู้เรียนเกิดการ พัฒนา ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญา โดยมีความแตกต่างจากกลุ่มสาระอื่นตรงที่ พลศึกษาใช้กิจกรรมการออกกำลังกายหรือการเล่นกีฬาเป็นสื่อกลางของการเรียน โดยให้ผู้เรียน ได้มี ส่วนร่วมในการทำกิจกรรมพลศึกษาต่างๆ (วรศักดิ์ เพียรชอบ, 2527) พลศึกษาเป็นการศึกษา ที่มีบทบาทสำคัญเป็นอย่างยิ่งในหลักสูตรการเรียน การสอน เนื่องจาก พลศึกษาเป็นวิชาที่จะช่วย ส่งเสริมให้ผู้เรียน ได้มีพัฒนาการทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา (พงษ์ศักดิ์ พละพงษ์, 2527) ทางด้านร่างกายและสุขภาพนั้น พลศึกษาสามารถทำให้ร่างกายแข็งแรง มีความสง่างาม มีสุขภาพดี ไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ เจริญเติบโตไปตามวัย ทางด้านจิตใจ พลศึกษาทำ ให้จิตใจเข้มแข็งไม่ย่อท้อ มีความมั่นคงของจิตใจ กล้าแสดงออก ทางด้านอารมณ์ พลศึกษาสามารถ ทำให้ออกกำลังกายเป็นนักกีฬา รู้จักการให้อภัย สามารถควบคุมอารมณ์ของตนเอง มีความอดทนอด กลั้น และเป็นผู้ที่มีอารมณ์เบิกบานแจ่มใส ส่วนด้านสังคมนั้นการที่บุคคลได้เข้าร่วมกิจกรรมทาง พลศึกษานั้นก็จะทำให้เป็นผู้มีระเบียบวินัย เคารพในกฎกติกาการแข่งขันหรือการเข้าร่วม ส่งผลให้ บุคคลมีความเคารพในกฎกติกาของบ้านเมือง ยอมรับความคิดเห็นของบุคคลอื่น สามารถอยู่ร่วมกับ ผู้อื่นได้ และสุดท้ายในด้านสติปัญญา พัฒนาการจะเกิดขึ้นเมื่อบุคคลได้เข้าร่วมกิจกรรมพลศึกษา ซึ่งจะต้องมีการวางแผน ตัดสินใจในเหตุการณ์เฉพาะหน้าและสามารถแก้ไขเหตุการณ์นั้นได้เป็น อย่างดี รวมทั้งสามารถนำประสบการณ์ต่างๆจากการร่วมกิจกรรมทางพลศึกษาไปใช้ในการ แก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้

ในอดีตการเรียนพลศึกษาที่ผ่านมามุ่งเน้นการพัฒนานักเรียนที่เปลือกนอก คือ มุ่งเน้นที่การพัฒนาองค์ความรู้ (Knowledge) ทักษะ (Skill) หรือพฤติกรรม (Behavior) มากกว่าการพัฒนาที่แก่นแท้ของนักเรียนซึ่งหมายถึงทัศนคติ (Attitude) แรงจูงใจ (Motivation) หรืออุปนิสัย (Trait) การที่จะให้นักเรียนมีการพัฒนาตนเองในระยะยาว นอกจากการให้ความรู้ ทักษะในการเรียนพลศึกษา ต้องปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้นักเรียนมีทัศนคติ แรงจูงใจและอุปนิสัย เพื่อให้นักเรียนมีพฤติกรรมในการหาความรู้ด้วยตนเอง พัฒนาทักษะด้วยตนเอง มีความกระตือรือร้นในการเรียนรู้สิ่งต่างๆ การสร้างแรงจูงใจให้เกิดขึ้นภายในจิตใจของนักเรียน เป็นการพัฒนาจิตใจในตัวบุคคล แรงจูงใจที่อยู่ภายในตัวบุคคลเป็นสิ่งที่พัฒนาจิตใจของคนในระยะยาวเป็นความมั่นคงและความถาวรที่เกิดขึ้นในตัวบุคคล เป็นการพัฒนาอย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต ควรปรับปรุงรูปแบบการสอนพลศึกษาให้ต่างไปจากเดิมที่สามารถสร้างแรงจูงใจให้นักเรียน เพื่อให้นักเรียนมีทัศนคติ มีความจูงใจ มีความสนใจ และตระหนักถึงความสำคัญในการเรียนวิชาพลศึกษา ส่งผลให้นักเรียน มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในวิชาพลศึกษาสูงขึ้น นักเรียนสนใจและใส่ใจในการออกกำลังกายอย่างต่อเนื่องนอกเหนือจากการเรียนพลศึกษาในคาบเรียนหรือชั่วโมงเรียน ส่งผลให้สมรรถภาพทางกายของนักเรียนเกิดการพัฒนามากขึ้น (อนุชา กิติชัยชาญ, 2549)

การที่จะให้นักเรียนสนใจหรือให้ความสำคัญกับการมีสุขภาพที่ดี รักรการออกกำลังกายและให้ความสำคัญกับการเรียนพลศึกษานั้นต้องสร้างแรงจูงใจเพราะแรงจูงใจจะเป็นตัวผลักดัน กระตุ้นนักเรียนให้แสดงพฤติกรรม ให้เกิดการกระตือรือร้น เกิดแรงขับเคลื่อนที่อยู่ภายในตัวบุคคล แรงจูงใจสามารถกระทำได้จากการสร้างแรงจูงใจภายในและแรงจูงใจภายนอก ซึ่งการสร้างแรงจูงใจภายในตัวบุคคลเป็นสิ่งสำคัญที่จะทำให้ตัวบุคคลเกิดความตระหนัก เกิดเจตคติ ความคิดเห็น ความสนใจ ความตั้งใจ การมองเห็นคุณค่า ความพอใจ ความต้องการในการให้ความสำคัญกับการออกกำลังกาย การเล่นเกม สมรรถภาพทางกาย ดูแลสุขภาพ การใส่ใจในการดูแลสุขภาพ โดยเฉพาะในด้านของเจตคติ การที่นักเรียนให้ความสำคัญกับการเรียนพลศึกษารู้ว่าการเรียนพลศึกษามีประโยชน์ทำให้สุขภาพร่างกายสมบูรณ์แข็งแรง มีสมรรถภาพทางกายที่ดี โดยที่พ่อแม่หรือครูไม่ได้บังคับหรือมีของรางวัลให้ ซึ่งเป็นพฤติกรรมที่ถาวร และมีความยั่งยืน และมีความจำเป็นที่ตัวนักเรียนทุกคนควรมี นอกจากการสร้างแรงจูงใจภายใน แรงจูงใจภายนอกยังเป็นตัวกระตุ้นให้นักเรียนแสดงพฤติกรรมในการเรียนพลศึกษา สามารถเกิดจากตัวของนักเรียนเองหรือสิ่งแวดล้อมรอบข้างของนักเรียน อาจเกิดจากคำชม การยกย่อง การยอมรับ การได้รับรางวัล ซึ่งมาจากการแสดงพฤติกรรมของนักเรียน

การส่งเสริมพัฒนาการด้านสมรรถภาพทางกายควรเริ่มในระดับพื้นฐาน โดยเฉพาะเด็กหรือเยาวชนที่มีอายุระหว่าง 12-15 ปี ซึ่งศึกษาอยู่ในระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ซึ่งเป็นช่วงวัยที่มีการพัฒนา และมีการเปลี่ยนแปลงมากที่สุด ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม เป็นช่วงวัยที่

สำคัญที่สุด โดยเฉพาะการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย โดยมีกล้ามเนื้อที่มีความแข็งแรงมากขึ้น ต้องการการออกกำลังกายหรือการเล่นกีฬา และการเคลื่อนไหวเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ การสร้างแรงจูงใจจะเป็นตัวช่วยในการเสริมพลัง เป็นแรงขับหรือสิ่งเร้าให้เด็กแสดงพฤติกรรมในการพัฒนาตนเองด้านสุขภาพและสมรรถภาพ ทำให้เติบโตเป็นเยาวชนของชาติที่มีความสมบูรณ์พร้อมทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม (สมชาย ลีทองอิน, 2550: 72-73 อ้างถึงในอัญชลี คำเรืองฤทธิ์ และคณะ, 2554)

ในปัจจุบันวิชาพลศึกษาเริ่มมีแนวโน้มเปลี่ยนไปในลักษณะที่ สังคมและผู้เรียนให้ความสำคัญน้อยลง (Grunbaum, 2004) ไม่ใช่แต่เพียงประเทศไทยเท่านั้น (ทรงศักดิ์ น้อยสินธุ์, 2551) แต่เป็นสถานการณ์ที่เกิดขึ้นในหลายประเทศ เช่น ประเทศอังกฤษ Van Nersch, Trew, and Turner (1997) ประเทศกรีซ (Papaioannou, 1997) ซึ่งปัญหานี้ได้เกิดขึ้นในประเทศมหาอำนาจอย่างสหรัฐอเมริกาอีกด้วย (U. S. Department of Health and Human Service, 2000) ดังรายงานในปี ค.ศ. 2000 ที่สรุปถึงสาเหตุที่ทำให้ความสนใจและการมีส่วนร่วมในการเรียนพลศึกษาในสถาบันการศึกษาต่าง ๆ เริ่มมีแนวโน้มลดลงเนื่องจากการเรียนการสอนไม่มีการพัฒนาและใช้วิธีการสอนที่เหมือนเดิมมาตลอด 50 ปี สอดคล้องกับความคิดเห็นของทรง (ทรงศักดิ์ น้อยสินธุ์, 2552) ที่ว่า ในปัจจุบันนิสิตและนักศึกษาในมหาวิทยาลัยให้ความสนใจเรียนพลศึกษาน้อยลงเนื่องจากเกิดความเบื่อหน่ายเพราะกิจกรรมเหมือนเดิมไม่มีการเปลี่ยนแปลง ปัญหาการขาดความสนใจในการเรียนพลศึกษาในประเทศไทยมีลักษณะเช่นเดียวกับ ประเทศในตะวันตก เพราะมีรูปแบบและวิธีการคล้ายกัน ซึ่งมีการสำรวจพบว่า การมีส่วนร่วมในกิจกรรมพลศึกษามีส่วนเชื่อมโยงกับแรงจูงใจ Hassandra, Goudas and Chrom (2003) ซึ่งสอดคล้องกับ Bycura and Darst (2001) ที่สรุปว่า การขาดแรงจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรมมาจากความเบื่อหน่ายที่มาจากขาดความสนุกสนาน ดังนั้นผู้สอนพลศึกษาจำเป็นต้องกระตุ้นผู้เรียนให้มีความสนใจในการเรียนรู้ การฝึกปฏิบัติอย่างตั้งใจ และด้วยปัจจุบันสังคมออนไลน์ การใช้เทคโนโลยีมีอิทธิพลอย่างมากต่อพฤติกรรมการใช้เวลาว่างของเด็กในวัยเรียน

ดังนั้นผู้สอนควรสร้างแรงจูงใจในทุกๆด้าน เพื่อให้ผู้เรียนหันมาสนใจในการเรียนพลศึกษา ให้ผู้เรียนเกิดแรงจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรม และเกิดความสนุกสนานเพิ่มขึ้น (Griffin and Maina, 2002) การเพิ่มแรงจูงใจในการจัดกิจกรรมถือเป็นเรื่องที่สำคัญ โดย (Wilson, 2004) พบว่า การสร้างแรงจูงใจอาจทำได้โดยการสร้างความหลากหลายของกิจกรรม เพราะจะช่วยให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมไม่เบื่อ ส่วนการเพิ่มทางเลือกให้กับนักเรียนโดยมีกิจกรรมมากกว่าหนึ่งกิจกรรมในการเรียนพลศึกษา ก็มีผลทำให้ผู้เรียนเกิดความตื่นเต้นและเกิดความสนใจ ไม่รู้สึกเบื่อหน่ายตลอดจนทำให้แรงจูงใจของผู้เรียนเพิ่มขึ้นเช่นกัน การใช้สื่อการเรียนรู้ การให้กำลังใจในการพยายาม เปลี่ยนฝึกทักษะยากๆ ให้เป็นความท้าทาย (Pangrazi, 2001; Ward, 2005)

ทั้งนี้ในการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับแรงจูงใจกับการเรียนรู้พลศึกษา การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ทางพลศึกษา นั้นยังไม่พบว่ามีการศึกษาแรงจูงใจกับผลสัมฤทธิ์ทางพลศึกษาศึกษามีองค์ประกอบ 5 ด้าน ได้แก่ ด้านความรู้ ด้านทักษะ ด้านสมรรถภาพ ด้านคุณธรรมจริยธรรม และด้านเจตคติ

ผู้วิจัยจึงเห็นความสำคัญของปัญหาว่าควรมีการนำทฤษฎีแรงจูงใจมาใช้ในการพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาพลศึกษา ให้เกิดพัฒนาการในด้านต่างๆมากมายทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญา สามารถดำรงชีวิตอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างสงบสุข ทำให้ประชากรในประเทศเป็นประชากรที่มีคุณภาพ และเมื่อประชากรมีคุณภาพ สังคมและประเทศชาติ ก็จะมีความสำเร็จก้าวหน้าเป็นประเทศที่มีคุณภาพในโลกต่อไป

คำถามวิจัย

การจัดการเรียนรู้ทางพลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจมีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นมากน้อยเพียงใด

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาผลของการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษาของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น
2. เพื่อเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับแรงจูงใจภายในร่วมกับแรงจูงใจภายนอกและนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยวิธีปกติ
3. เพื่อเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับแรงจูงใจภายในร่วมกับแรงจูงใจภายนอกกับนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยวิธีปกติ

สมมติฐานการวิจัย

1. คะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนและหลังการทดลอง 8 สัปดาห์ ของกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจ และกลุ่มควบคุม ที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาด้วยวิธีปกติ มีความแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. คะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังการทดลอง 8 สัปดาห์ ระหว่างกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจ กับกลุ่มควบคุมที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยวิธีปกติมีความแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ขอบเขตของการวิจัย

1. การวิจัยในครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Research) มุ่งที่จะศึกษาผลของการจัดการเรียนรู้พลศึกษา โดยใช้แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ แรงจูงใจภายในและแรงจูงใจภายนอกที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น
2. ประชากรในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนในระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนราชดำริสังกัดกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ จำนวน 378 คน
3. ระยะเวลาที่ใช้ดำเนินการวิจัย ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2555 โดยใช้เวลา 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 1 คาบ คาบละ 50 นาที

คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

การจัดการเรียนรู้พลศึกษา หมายถึง การจัดการเรียนรู้พลศึกษา ซึ่งประกอบด้วยขั้นตอนการจัดการเรียนรู้ 5 ขั้นตอน ได้แก่ 1) ขั้นเตรียม 2) ขั้นพัฒนาสมรรถภาพทางกาย 3) ขั้นสาธิตและฝึกปฏิบัติ 4) ขั้นนำไปใช้ และ 5) ขั้นสรุปและสรุปปฏิบัติ

แรงจูงใจ หมายถึง กระบวนการหรือวิธีการเป็นพลังกระตุ้นพฤติกรรมของบุคคล ให้ปฏิบัติตามวัตถุประสงค์อย่างมีทิศทาง เพื่อบรรลุจุดมุ่งหมายหรือเงื่อนไขที่ต้องการ โดยปัจจัยดังกล่าวนั้นอาจเกิดจากสิ่งเร้าภายนอกกับสิ่งเร้าภายในหรือทั้งสองอย่างก็ได้ เพื่อเป็นพลังให้ปฏิบัติงานจนประสบความสำเร็จตามเป้าหมายในการวิจัยนี้ มุ่งหมายถึงแรงจูงใจเพื่อนำไปสู่ผลสัมฤทธิ์ในการเรียนพลศึกษา

แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ คือ แรงจูงใจที่เป็นแรงขับให้บุคคลพยายามที่จะประกอบพฤติกรรมที่จะประสบสัมฤทธิ์ผลตามมาตรฐานความเป็นเลิศที่ตนตั้งไว้ บุคคลที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์จะไม่ทำงานเพราะหวังรางวัล แต่ทำเพื่อจะประสบความสำเร็จตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ในด้านผลสัมฤทธิ์ในการเรียนพลศึกษา

แรงจูงใจภายใน คือ แรงจูงใจที่มาจากภายในตัวบุคคล และเป็นแรงขับที่ทำให้บุคคลนั้นแสดงพฤติกรรมที่ส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ในการเรียนพลศึกษา

แรงจูงใจภายนอก คือ แรงจูงใจที่มาจากภายนอกตัวบุคคลที่มากกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรม อาจจะเป็นการได้รับรางวัล เกียรติยศ ชื่อเสียง คำชม การได้รับการยอมรับ ยกย่อง ฯลฯ

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน หมายถึง ผลของการพัฒนาที่เกิดขึ้นจากกระบวนการในการจัดการเรียนรู้ จะประกอบด้วยสิ่งสำคัญอย่างน้อยสามสิ่ง คือ ความรู้ ทักษะ และสมรรถภาพทางสมองในด้านต่าง ๆ ซึ่งโดยปกติพิจารณาจากคะแนนการสอบที่กำหนดให้ หรือคะแนนที่ได้จากงานที่ครูมอบหมายให้ หรือทั้งสองอย่าง

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษา หมายถึง ผลของการพัฒนาที่เกิดขึ้นจากกระบวนการในการจัดการเรียนรู้พลศึกษาประกอบด้วยผลสัมฤทธิ์ด้านต่างๆ ดังนี้ 1) ด้านความรู้ 2) ด้านทักษะการปฏิบัติ 3) ด้านสมรรถภาพทางกาย 4) ด้านคุณธรรม จริยธรรม 5) ด้านเจตคติ

นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น หมายถึง นักเรียนชายและนักเรียนหญิงที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3

การจัดการเรียนรู้โดยใช้แรงจูงใจที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษา หมายถึง การจัดการเรียนรู้ที่มีกระบวนการหรือวิธีการเป็นพลังกระตุ้นพฤติกรรม เป็นแรงขับที่มาจากภายในตัวบุคคลหรือภายนอกตัวบุคคล เพื่อให้ปฏิบัติงานหรือกิจกรรมซึ่งส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษาในด้านต่างๆ 1) ด้านความรู้ 2) ด้านทักษะ 3) ด้านสมรรถภาพ 4) ด้านคุณธรรม จริยธรรม 5) ด้านเจตคติ

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ได้แผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจที่สามารถนำไปใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาผู้เรียนได้
2. นักเรียนมัธยมศึกษาที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดีขึ้น

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยเรื่องผลของการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ผู้วิจัยได้รวบรวมเอกสารที่เกี่ยวข้องเพื่อนำมาเป็นกรอบแนวคิดในการวิจัยดังต่อไปนี้

1. การจัดการเรียนรู้พลศึกษา
 - 1.1 แนวคิด ปรัชญา หลักการ
 - 1.2 จุดมุ่งหมายในการสอนพลศึกษา
 - 1.3 สาระและมาตรฐานการเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
 - 1.4 ความรู้เกี่ยวกับวิชาพลศึกษา
2. แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับแรงจูงใจ
 - 2.1 แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์
 - 2.2 แรงจูงใจภายใน
 - 2.3 แรงจูงใจภายนอก
3. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน
 - 3.1 การวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน
 - 3.2 แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน
 - 3.3 หลักเกณฑ์ในการสร้างแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน
 - 3.4 ชนิดของแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน
 - 3.5 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษา
4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
 - 4.1 งานวิจัยในประเทศ
 - 4.2 งานวิจัยในต่างประเทศ

การจัดการเรียนรู้พลศึกษา

1. แนวคิด ปรัชญา หลักการ

แนวคิด ปรัชญา หลักการ (วรศักดิ์ เพ็ชรชอบ, 2548) มีรายละเอียดดังนี้

ปรัชญาการพลศึกษา หมายถึงค่านิยม หลักการ วิธีการและทฤษฎีต่าง ๆ ทางการศึกษาที่ได้ผ่านการวิเคราะห์ การทดลอง การพิสูจน์และการถกเถียง พิเคราะห์ด้วยเหตุผลอย่าง

ละเอียดลออถี่ถ้วนเป็นอย่างดีและถูกต้อง ได้เป็นที่ยอมรับของวิชาพลศึกษาแล้วว่า สามารถนำมาใช้เป็นแนวทางในการจัดและดำเนินการ ตลอดจนการจัดการเรียนการสอนวิชาพลศึกษา

ในโรงเรียนให้ได้ผลดีและมีประสิทธิภาพ

ดังนั้น ปรัชญาการพลศึกษาจึงถือว่าเป็นปรัชญาประยุกต์สาขาหนึ่ง เพราะเป็นปรัชญาที่เริ่มมาจากความอยากรู้อยากเห็นในเรื่องที่เกี่ยวกับพลศึกษาตลอดจนความพยายามที่จะนำแนวคิดทางปรัชญามาวิเคราะห์ความรู้ต่าง ๆ ทางพลศึกษาให้มีความหมายและมีความเข้าใจในคุณค่าของพลศึกษาให้มีความหมายที่ชัดเจนยิ่งขึ้น

ประโยชน์ของการเรียนรู้ปรัชญาการพลศึกษาตามปกติแล้ววิชาชีพในแต่ละวิชาชีพนั้นย่อมมีความจำเป็นที่จะต้องมียุทธศาสตร์และปรัชญาในการจัดและการดำเนินการสำหรับวิชาชีพของตนเองไว้โดยเฉพาะเสมอ ทั้งนี้ก็เพราะว่าปรัชญาของวิชาชีพนั้นเป็นค่านิยม ยุทธศาสตร์หรือทฤษฎีที่ได้มีการทดลองและกลั่นกรองมาเป็นอย่างดีแล้วว่าเป็นสิ่งที่สามารถนำไปใช้เป็นแนวทางในการปฏิบัติเพื่อให้การจัดและการดำเนินการของวิชาชีพนั้นเป็นผลดี และบรรลุผลตามจุดหมายปลายทางที่ได้วางไว้ สำหรับในวิชาชีพพลศึกษา ก็เหมือนกับวิชาชีพอื่น ๆ ที่จำเป็นจะต้องมีปรัชญาในการจัดและดำเนินการ โดยเฉพาะของตนเอง เพื่อให้การจัดและการดำเนินการได้ผลดี

มีประสิทธิภาพและบรรลุผลตามจุดหมายปลายทางตามที่วางไว้ได้เป็นอย่างดีด้วยเช่นเดียวกัน ดังนั้น ถ้าจะสรุปแล้วสามารถกล่าวได้ว่า คุณค่าและประโยชน์ของการเรียนรู้และเข้าใจในยุทธศาสตร์และปรัชญาการพลศึกษาเป็นอย่างดีที่สำคัญมีดังต่อไปนี้

ความรู้และความเข้าใจในยุทธศาสตร์และปรัชญาการพลศึกษา เป็นการช่วยให้ครูสามารถกำหนดทิศทางและแนวทางในการปฏิบัติงานในด้านพลศึกษาได้โดยถูกต้องและเป็นผลดีอย่างแท้จริง คือ จากการเรียนรู้และเข้าใจในยุทธศาสตร์และปรัชญาการพลศึกษาที่ถูกต้องและชัดเจนทำให้ครูพลศึกษาสามารถที่จะกำหนดทิศทางหรือจุดหมายปลายทางของการจัดและดำเนินงานทางพลศึกษาได้อย่างถูกต้อง สามารถให้ใช้จุดหมายปลายทางในการจัดและการดำเนินการ ตลอดจนการปฏิบัติงานต่าง ๆ เป็นไปตามจุดหมายปลายทางที่ได้วางไว้ได้ด้วยดี ตัวอย่างเช่นกรณีที่ครูพลศึกษาจะจัดหลักสูตรเพื่อให้นักเรียนเรียนในระดับหนึ่งระดับใดนั้น ครูก็สามารถที่จะวางจุดหมายปลายทางของหลักสูตรเพื่อให้นักเรียนได้มีการเรียนรู้หรือมีพัฒนาการในด้านต่าง ๆ เป็นไปโดยถูกต้องตามยุทธศาสตร์ ขอบข่ายและปรัชญาการพลศึกษา การจัดการเรียนการสอนก็เช่นเดียวกัน ครูผู้สอนที่มีความรู้ความเข้าใจในยุทธศาสตร์และปรัชญาการพลศึกษา จะช่วยให้สามารถกำหนดจุดประสงค์ของการเรียนรู้ เลือกกิจกรรม วิธีการเรียนการสอน ตลอดจนการวัดผลและการให้คะแนนนักเรียนเป็นไปโดยถูกต้องและสอดคล้องกับยุทธศาสตร์และปรัชญาการพลศึกษาได้อย่างแท้จริง การที่ครูผู้สอนวิชาพลศึกษามีความรู้และความเข้าใจในยุทธศาสตร์และปรัชญาทางการพลศึกษาเป็นอย่างดีนั้น จะช่วยให้การจัดและการดำเนินการต่าง ๆ ทางพลศึกษาในทุก ๆ ขั้นตอน

เป็นไปโดยถูกต้อง การจัดการและการดำเนินการต่าง ๆ ทางพลศึกษาแต่ละขั้นตอนต่าง ๆ เหล่านี้สามารถที่จะมีเหตุผล ทางวิชาการพร้อมที่จะชี้แจงหรือเป็นหลักฐานในการอ้างอิงได้และในขณะเดียวกันนั้นก็ช่วย ทำให้การจัดการและการดำเนินการต่าง ๆ ในทางพลศึกษาได้ผลดีและมีประสิทธิภาพดียิ่งขึ้นด้วย

1) การที่ครูผู้สอนวิชาพลศึกษามีความรู้ความเข้าใจในหลักการและปรัชญาทางการพลศึกษาโดยถูกต้องเป็นอย่างดีนั้น จะช่วยทำให้ครูพลศึกษามีความเข้าใจกัน มีการผนึกกำลังกันและมีการประสานกันในการทำงานด้านต่าง ๆ ทางพลศึกษาได้ดี ทำให้การจัดการและการดำเนินการทางพลศึกษามีความสอดคล้องกัน และเป็นไปในทิศทางเดียวกัน เป็นผลทำให้การจัดการและการดำเนินการทางพลศึกษาเป็นผลดีและมีประสิทธิภาพดียิ่งขึ้น

2) การมีความรู้และความเข้าใจในหลักการและปรัชญาการพลศึกษา เป็นการช่วยทำให้มีการจัดการและการดำเนินการทางพลศึกษาเป็นไปตามขั้นตอนตามหลักการและปรัชญาการพลศึกษา และช่วยทำให้การจัดการและการดำเนินการทางพลศึกษาของโรงเรียนเป็นผลดียิ่งขึ้นตามที่ได้กล่าวมาแล้ว ทำให้ผลการเรียนการสอนวิชาพลศึกษาและการจัดการและการดำเนินการทางพลศึกษาต่าง ๆ ได้ผลดีเป็นที่ประจักษ์ชัดแก่บุคคลอื่น ๆ ได้มากยิ่งขึ้น ซึ่งก็เท่ากับว่าเป็นการช่วยประชาสัมพันธ์ให้ครูคนอื่น ๆ ผู้บริหารโรงเรียน ผู้ปกครองนักเรียน และประชาชนทั่วไปได้ตระหนักและเห็นความสำคัญของบทบาทของการพลศึกษาในโรงเรียน ตลอดจนในระบบการศึกษามากยิ่งขึ้น ช่วยทำให้มีการส่งเสริมและสนับสนุนการเรียนการสอนวิชาพลศึกษาในโรงเรียนมากยิ่งขึ้น

3) ความรู้และความเข้าใจในหลักการและปรัชญาการพลศึกษา จะช่วยให้มีจัดการเรียนการสอนวิชาพลศึกษาเป็นไปโดยถูกต้องและเหมาะสมตามความรู้ ความสามารถ และความสนใจของนักเรียน ทำให้นักเรียนได้มีการเรียนรู้และมีพัฒนาการตามหลักการของการพลศึกษาและตามจุดประสงค์ของการเรียนรู้ที่วางไว้ได้ดียิ่งขึ้น และครูเองก็สามารถที่จะ ทำการวัดและประเมินผลการเรียนการสอนวิชาพลศึกษา ตลอดจนการให้คะแนนนักเรียนเป็นไปด้วยความยุติธรรมตามหลักการและสอดคล้องกับจุดประสงค์ของการเรียนรู้ที่วางไว้ อย่างเป็นรูปธรรม

4) ความรู้และความเข้าใจในหลักการและปรัชญาการพลศึกษา จะช่วยทำให้ครูทราบขอบข่ายและลักษณะวิชาพลศึกษาที่แท้จริง ทำให้นักเรียนสามารถจัดสถานที่ เครื่องอำนวยความสะดวก ตลอดจนอุปกรณ์และวัสดุการเรียนการสอนวิชาพลศึกษาได้สมบูรณ์มากยิ่งขึ้น ทำให้การเรียนการสอนเป็นไปด้วยความเรียบร้อยและมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

5) ความรู้และความเข้าใจในหลักการและปรัชญาการพลศึกษา นอกจากจะช่วยทำให้ครูมีความเข้าใจในบทบาทของวิชาพลศึกษาในหลักสูตรของโรงเรียนได้เป็นอย่างดีแล้ว ยังจะช่วยทำ

ให้ครูพลศึกษามีความเข้าใจในความสัมพันธ์ของหลักสูตรวิชาพลศึกษากับหลักสูตรวิชาอื่นๆ ในโรงเรียนได้ดียิ่งขึ้นอีกด้วย

6) ความรู้และความเข้าใจในหลักการและปรัชญาการพลศึกษา จะช่วยทำให้ครูพลศึกษาสามารถจัดการและการดำเนินการทางพลศึกษาในโรงเรียน ตลอดจนการเรียนการสอนวิชาพลศึกษาในโรงเรียนสอดคล้องกับปรัชญาการศึกษาของโรงเรียน ตลอดจนหลักการและปรัชญาการศึกษาของชาติได้ดียิ่งขึ้น

7) ความรู้และความเข้าใจในหลักการและปรัชญาการพลศึกษา ทำให้ครูสามารถทำการประชาสัมพันธ์ถึงความสำคัญและคุณค่าของวิชาพลศึกษาในหลักสูตรของโรงเรียนแก่นักเรียน ครูสาขาวิชาอื่น ๆ ผู้ปกครองนักเรียน ผู้บริหาร โรงเรียน ตลอดจนผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการจัดการศึกษาในโรงเรียน และประชาชนโดยทั่วไปได้ดีและชัดเจนมากยิ่งขึ้น

2. จุดมุ่งหมายในการสอนพลศึกษา

จุดมุ่งหมายในการสอนพลศึกษา เพื่อให้ให้นักเรียนมีความเป็นคนที่สมบูรณ์มากยิ่งขึ้น คือ เป็นการเรียนการสอนที่ทำให้ให้นักเรียนมีพัฒนาการทั้งใน

1) ด้านสมรรถภาพทางกายเพื่อให้นักเรียนได้มีสุขภาพที่สมบูรณ์ดี เพื่อการเจริญเติบโต และการรักษาไว้ซึ่งสมรรถภาพและสุขภาพของร่างกายของตนเอง

2) ด้านทักษะเบื้องต้นของการเคลื่อนไหว และทักษะทางการกีฬา เพื่อให้นักเรียนสามารถเล่นกีฬาในเวลาว่างได้ตามอัธยาศัยของตนเอง

3) ด้านความรู้ความเข้าใจในวิธีการเคลื่อนไหวและทักษะทางการกีฬาต่าง ๆ เพื่อให้นักเรียนสามารถออกกำลังกายและเล่นกีฬาได้ด้วยความปลอดภัย

4) ด้านคุณธรรม เพื่อให้นักเรียนเป็นผู้มีระเบียบวินัย และมีน้ำใจนักกีฬา

5) ด้านเจตคติที่ดีต่อการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาด้วยการได้ลงเล่น หรือมีส่วนร่วมจริงในกิจกรรมพลศึกษาหรือกีฬาต่างๆด้วยตนเองเพื่อให้นักเรียนได้นำความรู้และประสบการณ์ต่าง ๆ ไปใช้เล่นกีฬาและออกกำลังกายเป็นประจำทุกวันได้

สรุปได้ว่า การเรียนการสอนพลศึกษาเป็นการจัดการเรียนรู้ที่มุ่งเน้นการปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ เพื่อพัฒนาผู้เรียนทั้งด้านความรู้ ด้านสมรรถภาพทางกาย ด้านทักษะการปฏิบัติ ด้านคุณธรรม จริยธรรม และด้านเจตคติ ซึ่งเป็นการเรียนรู้จากประสบการณ์ตรง ดังนั้นการเรียนการสอนพลศึกษาจึงเป็นกระบวนการเรียนรู้ที่ผู้เรียนสามารถเรียนรู้ได้จากการสังเกต และการฝึกปฏิบัติจนเกิดความเคยชิน

3. สาระและมาตรฐานการเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

สุขศึกษาและพลศึกษาเป็นการศึกษาด้านสุขภาพที่มีเป้าหมายเพื่อการดำรงสุขภาพ การสร้างเสริมสุขภาพและการพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคคล ครอบครัว และชุมชนให้ยั่งยืนสุขศึกษา

มุ่งเน้นให้ผู้เรียนพัฒนาพฤติกรรมด้านความรู้ เจตคติ คุณธรรม ค่านิยม และการปฏิบัติเกี่ยวกับ สุขภาพควบคู่ไปด้วยกัน

พลศึกษา มุ่งเน้นให้ผู้เรียนใช้กิจกรรมการเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม และกีฬา เป็นเครื่องมือในการพัฒนาโดยรวมทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม สติปัญญา รวมทั้ง สมรรถภาพเพื่อสุขภาพและกีฬา

สาระที่เป็นกรอบเนื้อหาหรือขอบข่ายองค์ความรู้ของกลุ่มสาระการเรียนรู้พลศึกษา และพลศึกษา ประกอบด้วย

สาระที่ 1 การเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์

มาตรฐาน พ 1.1 เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์

สาระที่ 2 ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ 2.1 เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะ ในการดำเนินชีวิต

สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

มาตรฐาน พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ อย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขันและ ชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

สาระที่ 4 การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ 4.1 เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรคและการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

สาระที่ 5 ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การเฝ้าระวัง สารเสพติด และความรุนแรง

4. ความรู้เกี่ยวกับวิชาพลศึกษา

4.1 ความหมายของวิชาพลศึกษา

พลศึกษา (Physical Education) เป็นศาสตร์แขนงหนึ่งที่อยู่บนรากฐาน ทางวิทยาศาสตร์ และมีความเกี่ยวข้องกับศาสตร์แขนงอื่นๆ อีกหลายแขนงซึ่งพลศึกษาในสมัย โบราณยังไม่มีรูปแบบที่ชัดเจน แต่จะแฝงอยู่ในการดำรงชีวิตปัจจุบันมนุษย์ต้องดิ้นรนเพื่อ การอยู่รอด เช่น การหาอาหาร การต่อสู้สัตว์ร้าย และภัยธรรมชาติตลอดจนถึงแวดล้อมต่างๆ โดยไม่รู้สึกรู้สีก้าว ดังนั้น มนุษย์จึงต้องเคลื่อนไหวอยู่ตลอดเวลาเพื่อให้ร่างกายเจริญเติบโต และ

ความเจริญเติบโตนี้เองเป็นสิ่งที่ช่วยให้เกิดความเปลี่ยนแปลงของชีวิต และสังคม จนมีคำกล่าวที่ว่า “ผู้ให้กำเนิดชีวิต คือ การเคลื่อนไหว” (กรมวิชาการ, 2251)

4.2 วัตถุประสงค์ของพลศึกษา

- 1) พัฒนาความเจริญเติบโตทางด้านร่างกาย
 - (1) พัฒนาระบบกล้ามเนื้อ ให้มีขนาดโตขึ้นมีความแข็งแรงมากขึ้น
 - (2) พัฒนาระบบกระแสโลหิต ทำให้ลดการสะสมของกรดแลคติก ซึ่งทำให้เกิดการเหน็ดเหนื่อยช้าลง
 - (3) พัฒนาระบบเส้นโลหิต ทำให้เส้นโลหิตมีความยืดหยุ่นตัวดี
 - (4) พัฒนาระบบหัวใจ ทำให้หัวใจมีขนาดโตขึ้นมีความแข็งแรงมากขึ้นอัตราการเต้นของหัวใจต่ำลง
 - (5) พัฒนาระบบความดันโลหิต ทำให้ความดันโลหิตปกติ (120/80 มิลลิเมตรปรอท)
 - (6) พัฒนาระบบหายใจ ทำให้ปอดแข็งแรง อัตราการหายใจต่ำลง
 - (7) พัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างระบบประสาทกับกล้ามเนื้อ ทำให้เกิดทักษะ (Skill)
 - (8) พัฒนาระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายให้มีการทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ
 - 2) พัฒนาความเจริญทางด้านจิตใจ เสริมสร้างควมมีน้ำใจนักกีฬา เช่น ความอดทน ความเสียสละความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ความยุติธรรม ความเมตตากรุณา ฯลฯ
 - 3) พัฒนาการทางด้านอารมณ์ เสริมสร้างสมาธิ การควบคุมอารมณ์ ความสดชื่น สนุกสนาน ฯลฯ
 - 4) พัฒนาการทางด้านสังคม เสริมสร้างการทำงานร่วมกัน (Team Work) การเป็นผู้นำ ผู้ตามที่ดี การปรับตัวเข้ากับสังคม ฯลฯ
 - 5) พัฒนาการด้านสติปัญญา เสริมสร้างความคิดริเริ่ม การตัดสินใจ การแก้ปัญหา เฉพาะหน้า ฝึกไหวพริบ ฯลฯ
- การจัดกิจกรรมพลศึกษาจะส่งผลดีต่อการพัฒนาทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และยังส่งผลต่อการเจริญเติบโตของร่างกายช่วยให้นักเรียนมีสมรรถภาพทางกายที่สมบูรณ์ และสามารถที่จะดำรงชีวิตได้อย่างปกติสุข

แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวกับแรงจูงใจ

1. ความหมายของแรงจูงใจและการจูงใจ

แรงจูงใจ คือพลังผลักดันให้คนมีพฤติกรรม และยังกำหนดทิศทางและเป้าหมายของพฤติกรรมนั้นด้วย คนที่มีแรงจูงใจสูง จะใช้ความพยายามในการกระทำไปสู่เป้าหมายโดยไม่ลดละ แต่คนที่มีแรงจูงใจต่ำ จะไม่แสดงพฤติกรรม หรือไม่ก็ล้มเลิก การกระทำ ก่อนบรรลุเป้าหมาย ความหมายของแรงจูงใจ และการจูงใจ (Definition of motive and motivation) แรงจูงใจ (motive) เป็นคำที่ได้ความหมายมาจากคำภาษาละตินที่ว่า movere ซึ่งหมายถึง “เคลื่อนไหว (move)” ดังนั้น คำว่าแรงจูงใจจึงมีการให้ความหมายไว้ ดังนี้

แรงจูงใจ หมายถึง "สภาวะที่อยู่ภายในตัวที่เป็นพลัง ทำให้ร่างกายมีการเคลื่อนไหวไปในทิศทางที่มีเป้าหมาย ที่ได้เลือกไว้แล้ว ซึ่งมักจะเป็นเป้าหมายที่มีอยู่ในภาวะสิ่งแวดล้อม" (London and Bitta, 1988)

จากความหมายนี้จะเห็นได้ว่า แรงจูงใจจะเกี่ยวข้องกับองค์ประกอบที่สำคัญ 2 ประการ คือ 1) เป็นกลไกที่ไปกระตุ้นพลังของร่างกายให้เกิดการกระทำ 2) เป็นแรงบังคับให้กับพลังของร่างกายที่จะกระทำอย่างมีทิศทาง

ส่วนการจูงใจ (motivation) เป็นเงื่อนไขของการได้รับการกระตุ้นโดยมีการให้ความหมายไว้ ดังนี้

1) การจูงใจ หมายถึง "แรงขับเคลื่อนที่อยู่ภายในของบุคคลที่กระตุ้นให้บุคคลมีการกระทำ" (Schiffman and Kanuk, 1991)

2) การจูงใจ เป็นภาวะภายใน ของบุคคล ที่ถูกกระตุ้นให้กระทำพฤติกรรมอย่างมีทิศทางและต่อเนื่อง (Anita E. Woolfolk, 1995)

3) การจูงใจเป็นภาวะในการเพิ่มพฤติกรรม การกระทำหรือกิจกรรมของบุคคล โดยบุคคลลงใจ กระทำพฤติกรรม นั้นเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่ ต้องการ (ไมเคิล ดอมเจน, 1996)

พรรณราย ทรัพย์ประภา (2529) ให้ความหมายแรงจูงใจว่า คือสภาวะที่อินทรีย์ถูกกระตุ้นให้แสดงพฤติกรรมเพื่อไปยังจุดหมายปลายทาง (goal)

สุชา จันทน์เอม (2533) กล่าวว่า การจูงใจโดยทั่ว ๆ ไป หมายถึง ประการแรกสภาวะที่อินทรีย์ถูกกระตุ้นให้แสดงพฤติกรรมอย่างใดอย่างหนึ่ง เพื่อบรรลุจุดหมายปลายทาง (goal) ที่ตั้งไว้ ประการที่สองพฤติกรรมที่สนองความต้องการของมนุษย์ และเป็นพฤติกรรมที่นำไปสู่จุดหมายปลายทาง ประการที่สามพฤติกรรมที่ถูกกระตุ้นโดยแรงขับ (drive) ของแต่ละบุคคล มีแนวโน้มมุ่งไปสู่จุดหมายปลายทางอย่างใดอย่างหนึ่ง และร่างกายอาจจะสมประสงค์ ในความปรารถนาอันเกิดจากแรงขับนั้น ๆ ได้ เมื่อร่างกายเกิดความต้องการ (needs) ขึ้นก็จะเกิดแรงขับซึ่งทำให้เกิดความตึงเครียดขึ้น มนุษย์และสัตว์จะต้องค้นหาทางบำบัดความต้องการนี้

พวงเพชร วัชรอยู่ และ สุปราณี สนธิรัตน์ (2537) ให้ความหมายของแรงจูงใจ (Motivation) คือ สิ่งใดๆ ที่ทำให้เกิดพฤติกรรมหรือการกระทำ

กฤษณี คำชาย (2540) กล่าวว่าแรงจูงใจ หมายถึง แรงขับซึ่งพุ่งตรงไปเป้าหมายทั้งในลักษณะของการเข้ามาหาหรือยกย่อง

ชูศักดิ์ เจนประโคน (2541) ให้ความหมายว่า แรงจูงใจหมายถึง สภาวะใดๆก็ตามที่กระตุ้นให้บุคคลแสดงพฤติกรรมออกมา โดยมีความมุ่งมั่นที่จะทำงานเพื่อให้งานดำเนินไปสู่เป้าหมายที่วางไว้ และมีสภาพแวดล้อมเป็นตัวกำหนด

ศิริวรรณ เสรีรัตน์ และคณะ (2542) ได้ให้ความหมายของแรงจูงใจว่า หมายถึง วิธีการชักนำพฤติกรรมของบุคคลให้ปฏิบัติตามวัตถุประสงค์ความต้องการของมนุษย์สิ่งจูงใจจะเกิดขึ้นได้จากภายในและภายนอกตัวบุคคล จะเห็นได้ว่าแรงจูงใจเป็นกระตุ้นหรือการสร้างสิ่งเร้าเพื่อช่วยให้เกิดการกระทำต่าง ๆ สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี ซึ่งเป็นภาวะกระตุ้น ให้ปฏิบัติได้ทำงานด้วยความขยัน มีความกระตือรือร้นที่จะอุทิศเวลา แรงกาย แรงใจและสติปัญญาในการปฏิบัติงาน โดยมีความสำนึกในหน้าที่ ความรับผิดชอบควบคู่ไปด้วย เป็นความเต็มใจที่จะใช้พลังงานภายในของคนปฏิบัติงานจนประสบผลสำเร็จตามเป้าหมายโดยมุ่งหวังที่จะได้รับรางวัลเป็นสิ่งตอบแทน

เสนาะ ดิยาวี (2543) ให้ความหมายของแรงจูงใจไว้ว่า แรงจูงใจ ในความหมายหนึ่ง คือ การจูงใจเป็นพลังที่กระตุ้นพฤติกรรม กำหนดทิศทางของพฤติกรรม และมีลักษณะเป็นความมุ่งมั่นอย่างไม่ลดละ ไปยังเป้าหมายหรือสิ่งจูงใจนั้น ดังนั้นการจูงใจ จึงประกอบด้วยความต้องการ (needs) พลัง (force) ความพยายาม (effort) และเป้าหมาย (goal)

ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์ (2544) ได้ให้ความหมายของแรงจูงใจว่าหมายถึง สภาวะของบุคคลที่ถูกกระตุ้นให้แสดงพฤติกรรมไปยังจุดหมายปลายทาง ความต้องการแรงจูงใจ ในการทำงานจึงเป็นความพยายามของบุคคลในการทำงานให้ก้าวหน้า แรงจูงใจจะทำให้บุคคลเลือกพฤติกรรม ที่ตอบสนองต่อสิ่งเร้าต่าง ๆ ที่เหมาะสมที่สุดในแต่ละสถานการณ์ที่แตกต่างกันออกไป พฤติกรรม ที่เลือกแสดงนี้เป็นผลจากสภาพในตัวบุคคลและสภาพแวดล้อม

อารี พันธุ์มณี (2546) กล่าวว่า แรงจูงใจ หมายถึง การนำปัจจัยต่างๆ ที่เป็นแรงจูงใจ มาผลักดันให้บุคคลแสดงพฤติกรรมอย่างมีทิศทางเพื่อบรรลุจุดมุ่งหมายหรือเงื่อนไขที่ต้องการ ปัจจัยต่าง ๆ ที่นำมาอาจจะเป็นเครื่องล่อรางวัล การลงโทษ การทำให้เกิดการตื่นตัว รวมทั้งทำให้เกิดความคาดหวัง เป็นต้น

Bolles (1967) อธิบายว่าแรงจูงใจ คือ ตัวแทน (agency) หรือปัจจัย (factor) หรือพลังขับเคลื่อน (force) ที่ช่วยในการอธิบายพฤติกรรม แรงจูงใจเป็นสิ่งที่ก่อให้เกิดพฤติกรรมในตัวมนุษย์ และอินทรีย์ต่าง ๆ

Luthans (1992) กล่าวว่า แรงจูงใจ คือ กระบวนการซึ่งเริ่มต้นจากความรู้สึกที่ไม่เพียงพอ หรือเติมไม่เต็มทางจิตใจที่เรียกกันว่า ความต้องการ ซึ่งเป็น แรงขับที่ก่อให้เกิดการแสดงพฤติกรรมของมนุษย์ที่จะบรรลุตามเป้าหมายอันเป็นที่ล่อใจ นั่นคือ ความสัมพันธ์ระหว่างความต้องการ (needs) แรงขับ (drive) และรางวัล อันเป็นสิ่งล่อใจ (incentive)

Dubrin and Ireland (1993) กล่าวว่า แรงจูงใจ คือ กระบวนการที่ถูกให้เพื่อขับเคลื่อนและสนับสนุนพฤติกรรมที่นำไปสู่ความสำเร็จของเป้าหมายในองค์กร

Chemngton (1994) มองแรงจูงใจว่าเป็นความเข้มข้น (intensity) ความมุ่งมั่น (direction) และความทนฝืนแน่น (persistence) ของพฤติกรรม ทฤษฎี ด้านแรงจูงใจทั้งหมดมุ่งไปสู่วิถีทางในการอธิบายการแสดงพฤติกรรมของมนุษย์ อันสืบเนื่องมาจากแรงจูงใจเป็นสาเหตุหลัก

Vroom (1995) ให้ความหมายของแรงจูงใจว่า หมายถึง กระบวนการในการ ควควบคุมหรือครอบงำทางเลือกโดยบุคคลหรืออินทรีย์ต่ำสุด (lower organism) โดยไม่ เปิดโอกาสให้เลือกทางเลือกอื่น ๆ ด้วยความสมัครใจ เช่น เมื่อเราเกิดความรู้สึกหิว เราก็ต้องรับประทานอาหารเพื่อตอบสนองความต้องการของร่างกาย ซึ่งไม่มีโอกาสเลือกทางเลือกอื่นแต่อย่างใด

Griffin (1999) กล่าวว่า แรงจูงใจ หมายถึง ชุดของพลังผลักดันที่เป็น สาเหตุให้มนุษย์แสดงพฤติกรรมในแนวทางที่สนองตอบต่อความต้องการของตน

Daft (2000) กล่าวถึงแรงจูงใจว่า หมายถึง พลังหรือแรงผลักดันทั้ง ภายนอกและภายในตัวบุคคล ซึ่งกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมที่กระตือรือร้น รวมทั้งเป็นบุคคลรักษาพฤติกรรมนั้นไว้

สรุปแล้ว แรงจูงใจ หมายถึง สิ่งเร้า สิ่งจูงใจ และแรงกระตุ้นที่ทำให้บุคคลแสดงพฤติกรรมออกอย่างมีแนวทาง เพื่อให้บรรลุถึงเป้าหมายที่ต้องการ

2. ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับแรงจูงใจ

2.1 ทฤษฎีเกี่ยวกับ แรงจูงใจของมาสโลว์

มาสโลว์ได้ตั้งทฤษฎีเกี่ยวกับ แรงจูงใจ (Maslow's General Theory of Human & Motivation) โดยมาสโลว์ ได้อธิบายถึงความต้องการของมนุษย์ ซึ่งมีลักษณะเป็นลำดับขั้นจากต่ำไปหาสูง (Hierarchy & Needs) และเป็นทฤษฎีที่ยอมรับกันแพร่หลายสมมติฐานดังกล่าวมีความเกี่ยวกับ พฤติกรรมของมนุษย์ดังนี้ (Maslow A. H., 1954)

1) มนุษย์มีความต้องการ ความต้องการมีอยู่เสมอ และไม่มีที่สิ้นสุด แต่สิ่งที่มนุษย์ต้องการนั้นขึ้นอยู่กับว่า เขามีสิ่งนั้นอยู่แล้วหรือยัง ขนาดที่ความต้องการใดได้รับการตอบสนองแล้วความต้องการอื่นจะเข้ามาแทนที่กระบวนการนี้ไม่มีที่สิ้นสุด และจะเริ่มตั้งแต่เกิดจนกระทั่งตาย

2) ความต้องการที่ได้รับการตอบสนองแล้ว จะไม่เป็นสิ่งจูงใจของพฤติกรรมอีกต่อไป ความต้องการที่ไม่ได้รับการตอบสนองเท่านั้นที่เป็นแรงจูงใจของพฤติกรรม

3) ความต้องการของมนุษย์มีลำดับชั้นความสำคัญ กล่าวคือ เมื่อความต้องการระดับต่ำ ได้รับการตอบสนองแล้ว ความต้องการระดับสูงก็จะมีการเรียกร้องให้มีการตอบสนองทันที

4) ตามทฤษฎีของมาสโลว์ได้แบ่งลำดับชั้นของความต้องการ (Hierarchy of Needs) ไว้ 5 ชั้นจากต่ำไปสูง ดังนี้

ลำดับชั้นความต้องการตามทฤษฎีมาสโลว์ (Maslow's hierarchy of human needs)



1) ความต้องการของร่างกาย (Physiological needs) เป็นความต้องการพื้นฐานเพื่อความอยู่รอดของชีวิต ได้แก่ ความ ต้องการปัจจัยสี่ ความต้องการการยกย่อง และความต้องการทางเพศ ฯลฯ เป็นต้น

2) ความต้องการความปลอดภัย (Safety needs) เป็นความต้องการที่เหนือกว่าความต้องการอยู่รอด ซึ่งมนุษย์ต้องการเพิ่มความต้องการในระดับที่สูงขึ้น เช่น ต้องการความมั่นคงในการทำงาน ความต้องการได้รับการปกป้องคุ้มครอง ความต้องการความปลอดภัยจากอันตรายต่างๆ เป็นต้น

3) ความต้องการด้านสังคม (Social needs) หรือความต้องการความรักและการยอมรับ (Love and belongingness needs) ความต้องการทั้งในแง่ของการให้และการได้รับซึ่งความรัก ความต้องการเป็นส่วนหนึ่งของหมู่คณะ ความต้องการให้ได้การยอมรับ เป็นต้น

4) ความต้องการการยกย่อง (Esteem needs) ซึ่งเป็นความต้องการการยกย่องส่วนตัว (Self-esteem) ความนับถือ (Recognition) และ สถานะ (Status) จกสังคมตลอดจน

เป็นความพยายามที่จะให้มีความสัมพันธ์ระดับสูงกับบุคคลอื่น เช่น ความต้องการให้ได้การเคารพ นับถือ ความสำเร็จ ความรู้ ศักดิ์ศรี ความสามารถ สถานะที่ดีในสังคมและมีชื่อเสียงในสังคม

5) ความต้องการประสบความสำเร็จสูงสุดในชีวิต (Self-actualization needs) เป็นความต้องการสูงสุดแต่ละบุคคล ซึ่งถ้าบุคคลใดบรรลุความต้องการในขั้นนี้ได้ จะได้รับการยกย่องว่าเป็นบุคคลพิเศษ เช่น ความต้องการที่เกิดจากความสามารถทำทุกสิ่งทุกอย่างได้สำเร็จ นักร้อง หรือนักแสดงที่มีชื่อเสียง เป็นต้น

2.2 ทฤษฎี E.R. G. ของ Alderfer (Existence Relatedness Growth)

Alderfer (อ้างถึงใน สมยศ นาวิการ, 2540) ได้ปรับปรุงลำดับขั้นความต้องการของ Maslow เป็นความต้องการ 3 ระดับ ดังนี้

1) ความต้องการดำรงชีวิตอยู่ (existence needs) คือ ความต้องการทางร่างกายและความปลอดภัย ความต้องการรายได้ สวัสดิการและสภาพแวดล้อมการทำงาน

2) ความต้องการความสัมพันธ์ (relatedness needs) คือ ความต้องการทุกอย่างที่เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลภายในสถานที่ทำงาน

3) ความต้องการเจริญเติบโต (growth needs) คือ ความต้องการภายในเพื่อการพัฒนาส่วนบุคคล ความต้องการของบุคคลที่จะเจริญเติบโตพัฒนา และใช้ความสามารถอย่างเต็มที่ด้วยการแสวงหาโอกาส และการเอาชนะความท้าทายใหม่ ๆ

ทฤษฎี E.R.G ของ Alderfer มีความคล้ายคลึงกับทฤษฎีแรงจูงใจของมนุษย์ของ Maslow ที่ว่า ความต้องการที่ยังไม่ตอบสนองจะจูงใจบุคคลและเห็นด้วยว่า โดยทั่วไปบุคคลจะก้าวขึ้นไปตามลำดับของความต้องการจากระดับต่ำกว่าก่อนความต้องการระดับสูง เมื่อความต้องการระดับต่ำได้รับการตอบสนองแล้ว ความต้องการระดับต่ำจะมีความสำคัญน้อยลง แต่อย่างไรก็ตาม ภายใต้สถานการณ์บางอย่าง บุคคลอาจจะกลับมายังความต้องการระดับต่ำได้ เช่น บุคคลที่คับข้องใจภายใน การตอบสนองความต้องการการเจริญเติบโต อาจจะถูกใจให้ตอบสนองความต้องการความสัมพันธ์ที่ต่ำลงมา จึงทำให้ทฤษฎีนี้มีทั้ง ส่วนเหมือนและส่วนต่างกับทฤษฎีความต้องการของ Maslow (วุฒิพล สกลเกียรติ, 2546)

2.3 ทฤษฎีแรงจูงใจของ McClelland

ทฤษฎีแรงจูงใจของ McClelland ได้แบ่งแรงจูงใจตามความต้องการขั้นพื้นฐานของบุคคลเป็น 3 แบบ ดังนี้ (อำนาจ แสงสว่าง, 2536)

1) ความต้องการอำนาจ (the need of power) บุคคลมีความต้องการอำนาจมาก อาศัยการใช้อำนาจสร้างอิทธิพลและควบคุมในการทำงาน เพื่อแสวงหาความเป็นผู้นำ และมีพลังเข้มแข็ง

2) ความต้องการความผูกพัน (the need of affiliation) บุคคลต้องการมีความผูกพันเป็นอย่างมาก ปกติความผูกพันเกิดจากความรักทำให้บุคคลมีความสุขและมีความตั้งใจหลีกเลี่ยง

การไม่ยอมรับของกลุ่มสังคมที่ทำให้เกิดความเจ็บปวด แต่ละบุคคลชอบ รักษาสัมพันธภาพที่ดีทางสังคม เพื่อทำให้เกิดความรู้สึกยินดี มีความคุ้นเคยกันเข้าใจกัน

3) ความต้องการความสำเร็จ (the need for achievement) บุคคลต้องการมีความสำเร็จ มีความปรารถนาอย่างแรงกล้าที่จะได้รับความสำเร็จ มีความหวาดกลัวอย่างรุนแรงต่อการประสบความสำเร็จล้มเหลวต้องการการท้าทายในการทำงาน ใช้แนวทางการทำงานที่เคยใช้ได้ผลสำเร็จมาแล้ว

ทฤษฎีของ McClelland มีความสอดคล้องกับความพึงพอใจเพราะความต้องการที่เกิดขึ้นมาจากแรงจูงใจเกิดจากสิ่งเร้าทั้งภายในและภายนอกตัวบุคคล เช่น สถานีโทรทัศน์ ช่องต่าง ๆ ต้องการนำเสนอข่าวการเมืองที่อยู่ในความสนใจของประชาชน ข้อมูลข่าวสารที่น่าเสนออาจจะไม่ใช่ข้อเท็จจริงแต่อาจจะเป็นข่าวสารที่ขายได้เท่านั้น เป็นต้น

2. ความต้องการอำนาจ (Power needs-n Pow) ความต้องการอำนาจ คือ ความปรารถนาที่จะได้มาและรักษาการควบคุมบุคคลอื่น บุคคลที่ต้องการอำนาจสูงจะพอใจกับการควบคุมคนอื่น ที่จะมีอิทธิพลเหนือผู้อื่น ชอบสถานการณ์ที่มีการแข่งขันเพื่อการได้มาซึ่งตำแหน่งที่จะเกี่ยวข้อง กับเกียรติยศ สนุกสนานกับการเผชิญหน้ากับบุคคลอื่น ๆ และมีความต้องการรุนแรงที่จะควบคุมสภาพแวดล้อมของพวกเขา

ความต้องการอำนาจมี 2 แบบ คือ อำนาจต่อบุคคลและอำนาจต่อสถาบัน บุคคลที่มีความต้องการอำนาจส่วนบุคคลสูง ต้องการที่จะครอบงำบุคคลอื่นเพื่อที่จะแสดงความสามารถในการใช้อำนาจ คาดหวังจะให้ผู้อื่นกระทำตามและจงรักภักดีโดยส่วนตัวแทนที่จะเป็นต่อองค์การ ในทางกลับกันบุคคลที่มีความต้องการอำนาจต่อสถาบันสูง จะมุ่งที่การทำงานร่วมกับบุคคลเพื่อที่จะแก้ปัญหาและส่งเสริมเป้าหมายขององค์การ บุคคลเหล่านี้ชอบทำงานให้สำเร็จตามวิถีทางขององค์การ เต็มใจเสียสละผลประโยชน์ส่วนตัวเพื่อผลประโยชน์ขององค์การ

3. ความต้องการความผูกพัน (Affiliation needs-n Aff) ความต้องการความผูกพัน หมายถึง ความต้องการเป็นมิตร และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลอย่างใกล้ชิด รวมทั้ง การยอมรับของกลุ่มและบุคคลอื่น การรักษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่ดีเอาไว้ภายในองค์การ จากการศึกษาวิจัยชี้ให้เห็นว่า การมีความต้องการผูกพันสูงอาจจะไม่มีประสิทธิภาพต่อการบรรลุเป้าหมาย เนื่องจากความปรารถนาที่จะรักษาความสามัคคีไว้ แต่ในปัจจุบันเริ่มมีการใช้ทีมงานกันมากขึ้น เพื่อให้บุคคลร่วมกันทำงานให้บรรลุเป้าหมาย อย่างมีประสิทธิภาพ สมาชิกของกลุ่มจึงต้องการความผูกพันสูง และทำให้เกิดความจงรักภักดีสูงขึ้นด้วย โดยทั่วไปบุคคลที่ต้องการความผูกพันสูง จะมีคุณลักษณะที่พยายาม สร้างและรักษาความเป็นมิตรและความสัมพันธ์ทางจิตใจอย่างใกล้ชิดกับบุคคลอื่น ต้องการที่จะให้บุคคลอื่นชอบสนุกกับงานเลี้ยงสังสรรค์ กิจกรรมทางสังคม และการ

บุคคล และชอบแสวงหาการมีส่วนร่วมด้วยการเข้าร่วมกลุ่มองค์การเพื่อการทำงาน ร่วมกันมากกว่า การแข่งขัน

โดยทั่วไปบุคคลแต่ละคนจะมีความต้องการทั้ง 3 อย่างในระดับที่แตกต่างกัน ถ้าความต้องการด้านใดเด่น ก็จะเป็นคุณลักษณะของบุคคลนั้น จากการศึกษาวิจัยซึ่งส่วนใหญ่ จะเน้น ความต้องการความสำเร็จได้ชี้ให้เห็นความสัมพันธ์ระหว่างความต้องการทั้ง 3 ด้าน กับเรื่องอื่น ๆ ดังนี้ (McClelland อ้างถึงใน วุฒิพล สกตเกียรติ, 2546)

1. บุคคลที่มีความต้องการความสำเร็จสูงจะเลือกสภาพการทำงานที่ต้องอาศัย ความรับผิดชอบส่วนบุคคล การให้ข้อมูลย้อนกลับและมีอัตราการเสี่ยงระดับปานกลาง

2. ลักษณะความต้องการความสำเร็จสูง ไม่จำเป็นว่าจะเป็นนักบริหารจัดการที่ดี โดยเฉพาะในองค์การขนาดใหญ่ ทั้งนี้เพราะบุคคลประเภทนี้จะสนใจเฉพาะการปฏิบัติงานของตน ให้ดี โดยไม่สนใจที่จะให้ผู้อื่นปฏิบัติได้ดีตามตนเอง เช่น พนักงานขายที่ประสบผลสำเร็จสูง ไม่จำเป็นต้องเป็นนักบริหารการขายที่ดี เป็นต้น

3. ความต้องการความผูกพันและความต้องการอำนาจ มีแนวโน้มจะสัมพันธ์กับ ความต้องการความสำเร็จในการบริหารจัดการ นักบริหารที่ดีจะมีความต้องการอำนาจสูงและมีความต้องการความผูกพันต่ำ แต่โดยความเป็นจริงแล้ว แรงจูงใจใฝ่อำนาจจะเป็นความต้องการ ประสิทธิภาพในการบริหารจัดการมีข้อเสนอแนะว่าความต้องการอำนาจสูง อาจเกิดจากหน้าที่ ของบุคคลตามลำดับขั้นการบริหารขององค์การ

4. ถ้างานต้องการบุคคลที่มีความต้องการความสำเร็จสูง วิธีการที่ดีก็คือการคัดเลือก บุคคลที่มีความต้องการความสำเร็จสูง หรือบุคคลที่สามารถพัฒนาตนเองได้จากการ ฝึกอบรม ในเรื่องการประสบผลสำเร็จ

ทฤษฎีแรงจูงใจของ McClelland เป็นทฤษฎีที่สำคัญอย่างหนึ่งของมนุษย์นั่นคือ การต้องการความสำเร็จในตนเอง การที่มนุษย์จะประสบผลสำเร็จได้นั้นนอกเหนือ จากแรงจูงใจ ที่เกิดขึ้นในแต่ละบุคคลแล้ว การเรียนรู้ที่จะทำงานร่วมกัน การทำงานเป็นทีมและการประสานงาน กันก็จะเป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่ทำให้บุคคลประสบผลสำเร็จสูงสุดนั้นได้

2.4 ทฤษฎีแรงจูงใจของ Herzberg (Herzberg's Motivation-Hygiene Theory)

ทฤษฎีแรงจูงใจของ Herzberg เป็นทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการพิจารณาถึงความ ต้องการของคนในองค์การ หรือการจูงใจจากการทำงาน ทฤษฎีการจูงใจของ Herzberg เป็นทฤษฎี การจูงใจภายนอก (external motivation) เพราะสามารถควบคุมปัจจัยต่าง ๆ ที่จะทำให้ คนมีความ พอใจหรือไม่พอใจในการทำงานได้ปัจจัยที่ส่งผลถึงความพึงพอใจในงาน (motivators) กับปัจจัยที่ ส่งผลถึงความไม่พึงพอใจในงาน (hygiene) นั้นแยกออกจากกัน และไม่เหมือนกัน เป็นปัจจัยที่เกิด จากสองกลุ่ม จึงเรียกทฤษฎีนี้ว่า ทฤษฎีสองปัจจัยเกี่ยวกับ ความพึงพอใจในงาน (two-factor theory)

of motivation) โดย Herzberg ได้ทำการทดลอง โดยการสัมภาษณ์วิศวกร และนักบัญชีประมาณ 200 คน จากโรงงานอุตสาหกรรม 11 แห่ง ในบริเวณเมือง Pittsburg รัฐ Pennsylvania ประเทศสหรัฐอเมริกา เพื่อหาคำตอบว่า "อะไรเป็นสิ่งที่ทำให้เขารู้สึกว่าชอบหรือไม่ชอบงาน" จากการวิเคราะห์ข้อมูลต่าง ๆ จาก การสัมภาษณ์ สรุปได้ว่า (Herzberg as cited in Stephen, 1982)

1. มีเงื่อนไขเกี่ยวกับงานบางอย่างที่จะเป็นสิ่งที่จูงใจหรือทำให้เกิดความพึงพอใจในงานเป็นปัจจัยที่จูงใจให้คนชอบและรักงานที่ทำ หากสิ่งเหล่านี้ไม่มีอยู่ ก็ไม่ได้หมายความว่าบุคคลจะไม่มี ความพอใจในงานที่ทำเรียกว่า ปัจจัยจูงใจ (motivation factor) มีปัจจัย ที่เกี่ยวข้อง คือ

1.1 ความสำเร็จของงาน (achievement) คือ ความสำเร็จที่ได้รับเมื่อผู้ปฏิบัติงานเกิดความ รู้สึกว่า เขาทำงานสำเร็จหรือมีความต้องการที่จะทำงานให้สำเร็จ สิ่งที่เป็นนั้นก็คืองานนั้นควรเป็นงานที่ท้าทายความสามารถ

1.2 การได้รับการยอมรับนับถือ (recognition) คือ การได้รับการยอมรับนับถือไม่ว่าจากผู้บังคับบัญชา จากเพื่อน จากผู้มาขอรับคำปรึกษา หรือจากบุคคลในหน่วยงาน การยอมรับนี้อาจจะอยู่ในรูปของการยกย่องชมเชย การแสดงความยินดี การให้กำลังใจ หรือการแสดงออกอื่นใดที่บอกลถึงการยอมรับในความสามารถ เมื่อได้ทำงานอย่างใดอย่างหนึ่งบรรลุผลสำเร็จ การยอมรับนับถือจะแฝงอยู่ในความสำเร็จของงานด้วย

1.3 ลักษณะของงานที่ปฏิบัติ (work itself) คือ งานที่น่าสนใจ งานที่ต้องอาศัยความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ท้าทายให้ลงมือปฏิบัติ เป็นงานที่สามารถทำตั้งแต่ต้นจนจบได้ โดยลำพัง

1.4 ความรับผิดชอบ (responsibility) คือ ความพึงพอใจที่เกิดขึ้นจากการได้รับมอบหมายให้รับผิดชอบงานใหม่ ๆ และมีอำนาจในการรับผิดชอบได้อย่างเต็มที่ โดยไม่มีการตรวจสอบหรือควบคุมอย่างใกล้ชิด

1.5 ความก้าวหน้า (advancement) คือ การได้รับการเลื่อนขั้น เลื่อนตำแหน่ง ให้สูงขึ้นของบุคคลในองค์กร การมีโอกาสศึกษาหาความรู้เพิ่มเติม หรือได้รับการฝึกอบรม

2. มีเงื่อนไขบางอย่างที่เกี่ยวกับงานที่ทำให้คนไม่พอใจในงานที่ทำ ถ้าหากว่าสิ่งเหล่านี้ไม่มีอยู่ในการทำงาน แต่ว่าสิ่งเหล่านี้ไม่ใช่เป็นสิ่งที่จูงใจให้คนทำงานเพิ่มขึ้นอีก เรียกว่า ปัจจัยค้ำจุน (maintenance factors หรือ hygiene factors) ปัจจัยเหล่านี้ ได้แก่

2.1 นโยบายและการบริหารงาน (company policy and administration policies) หมายถึง ความสามารถในการจัดลำดับเหตุการณ์ต่าง ๆ ของการทำงาน ซึ่งสะท้อนให้เห็น นโยบายทั้งหมดของหน่วยงาน ตลอดจนความสามารถในการบริหารงานให้สอดคล้องกับนโยบาย

2.2 การบังคับบัญชา (supervision) หมายถึง สถานการณ์ที่ผู้บังคับบัญชาสามารถวิเคราะห์ความสามารถของผู้ทำงานได้ไม่ว่าจะเป็นสถานการณ์ที่มีลักษณะอยู่ในขอบเขต หรือเป็นการทำงานอิสระก็ตาม

2.3 เงินเดือน (salary) หรือค่าตอบแทน (compensation) หมายถึง ผลตอบแทนจากการทำงาน ซึ่งอาจจะเป็นในรูปของค่าจ้างเงินเดือนหรือสิ่งอื่น ๆ ที่ได้รับจากการปฏิบัติงาน

2.4 ความสัมพันธ์กับผู้บังคับบัญชา (relations with superior) หมายถึง การติดต่อสั่งการกับผู้บังคับบัญชาโดยทางกายหรือวาจาที่แสดงถึงความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน สามารถทำงานร่วมกันได้และมีความเข้าใจซึ่งกันและกัน

2.5 ความมั่นคงในงาน (security) หมายถึง ความเสถียรของบุคคลที่มีต่อความมั่นคง ในการทำงาน ความยั่งยืนของอาชีพ หรือความมั่นคงขององค์กร

2.6 สถานะของอาชีพ (status) หมายถึง อาชีพนั้นเป็นที่ยอมรับนับถือของสังคม มีเกียรติ และมีศักดิ์ศรี

2.7 สภาพการทำงาน (working conditions) หมายถึง สภาพในการทำงาน ปริมาณงานที่ได้รับมอบหมาย หรือความสะดวกที่เหมาะสมทางกายภาพของงาน เช่น แสงเสียง อากาศ ชั่วโมงการทำงาน รวมทั้งความสบายในการทำงาน เป็นสภาพทางกายภาพของงาน เช่น แสงเสียง อากาศ ชั่วโมงการทำงาน รวมทั้งลักษณะสิ่งแวดล้อม อื่น ๆ เช่น อุปกรณ์ และเครื่องมือต่าง ๆ

2.8 ความสัมพันธ์กับผู้ใต้บังคับบัญชา (relations with subordinates) หมายถึง การติดต่อ สั่งการ การแสดงถึงความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันสามารถทำงานร่วมกันได้มีความเข้าใจซึ่งกันและกันเป็นอย่างดี

2.9 ความเป็นอยู่ส่วนตัว (personal life) หมายถึง ความรู้สึกที่ดีหรือไม่ดีขึ้น เป็นผลที่ได้รับจากงานในหน้าที่ เช่น การที่บุคคลต้องถูกย้ายไปทำงานในที่แห่งใหม่ ซึ่งห่างไกลจากครอบครัว ทำให้ไม่มีความสุข และไม่พอใจกับงานในที่แห่งใหม่

2.10 โอกาสเจริญเติบโต (possibility of growth) หมายถึง สถานการณ์ที่บุคคลสามารถได้รับความก้าวหน้าในทักษะวิชาชีพ

2.11 ความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมงาน (relation with peers) หมายถึง การติดต่อ การแสดงถึงความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน สามารถทำงานร่วมกัน และมีความเข้าใจซึ่งกันและกันเป็นอย่างดี จากผลการวิจัยของ (Herzberg as cited in Stephen, 1982) ทำให้เข้าใจได้ว่า ปัจจัยค่าจ้างจะมีผลกระทบต่อความไม่พอใจในงานที่ทำ และปัจจัยจูงใจมีผลกระทบต่อความพอใจในงานที่ทำ นั่นคือ ถ้าไม่มีปัจจัยค่าจ้าง ย่อมจะเป็นเหตุที่ทำให้คนเกิดความไม่พอใจในงานที่ทำ หรือถึงแม้จะมีอยู่ก็ไม่ได้หมายความว่า จะทำให้บุคคลมีความพึงพอใจ ในการทำงานนั้น ส่วนปัจจัยจูงใจก็ไม่ได้เป็นปัจจัยที่เป็นสาเหตุที่ทำให้บุคคลเกิดความไม่พอใจในงานที่ทำ แต่จะเป็นปัจจัยที่กระตุ้นหรือจูงใจให้บุคคลเกิดความพอใจในงานที่ทำเท่านั้น ดังนั้นจึงจำเป็นที่ผู้บริหารองค์การจำเป็นต้องเสริมสร้างให้มีปัจจัยจูงใจอย่างเหมาะสมเพียงพอ รวมทั้งต้องจัดให้มีปัจจัยค่าจ้างขึ้นเพื่อให้

ผู้ปฏิบัติงานเกิดความรู้สึกพึงพอใจในงานอันจะเป็นส่วนช่วยส่งเสริมให้ผู้ปฏิบัติงานทำงานอย่างเต็มความสามารถ และเกิดประสิทธิภาพสูงสุด

บุคคลที่มีแรงจูงใจเพื่อให้ประสบความสำเร็จนั้น ส่วนใหญ่จะมีลักษณะดังนี้ คือ เป็นผู้มุ่งหวังความสำเร็จมากกว่าการได้รับรางวัลได้กระทำสิ่งที่ดีหรือมีประสิทธิภาพ มากกว่าสิ่งที่เคยกระทำมาก่อน เป็นผู้พอใจกับการทำงานที่รับผิดชอบด้วยตนเอง มากกว่าการมีส่วนร่วมในการทำงานกับผู้อื่น ต้องการงานที่สามารถให้ข้อมูลย้อนกลับได้อย่างรวดเร็ว เพื่อทราบผลการปฏิบัติงานของเขา เป็นงานที่เขาสามารถกำหนดเป้าหมายด้วยตนเอง และมีระดับการทำทาสที่ เหมาะสมที่เขาสามารถบรรลุผลสำเร็จได้ และเป็นบุคคลที่ไม่ชอบการประสบผลสำเร็จโดยโอกาส หรือโชค โดยยินดีที่จะรับผิดชอบด้วยตนเอง ไม่ว่าจะสำเร็จหรือล้มเหลวมากกว่าจะปล่อยให้งาน นั้นสำเร็จด้วยสิ่งอื่น ๆ และหลีกเลี่ยงงานที่ง่ายหรือยากเกินไปผู้ประสบความสำเร็จสูงจะกระทำได้ดีที่สุดเมื่อเขารับรู้ว่าจะกระทำนั้น มีโอกาสประสบผลสำเร็จ โดยมีความน่าจะเป็นประมาณ 0.5 เมื่อประมาณว่าพวกเขาจะประสบผลสำเร็จ 50 : 50 ถ้างานนั้นง่ายหรือความน่าจะเป็นสูง เขาจะ เลิก ไม่พึงพอใจต่อความสำเร็จนั้น เพราะไม่ท้าทายความสามารถและทักษะของเขา เขาพอใจที่จะ กำหนดเป้าหมาย ที่ต้องใช้ความพยายามมากขึ้นอีกเพียงเล็กน้อยและถ้าโอกาสของการประสบ ความสำเร็จและความล้มเหลวมีเท่ากัน ความรู้สึกต่อความสำเร็จและความพึงพอใจจะเกิดจากความ พยายามนั้น

2.5 ทฤษฎีความคาดหวังของ Victor vroom's Expectancy Theory (1995)

ทฤษฎีนี้ชี้ให้เห็นว่าแรงจูงใจขึ้นอยู่กับความคาดหวังของบุคคลากรต่อผลที่เกิดขึ้น โดยวรูมได้ทำนายว่า บุคคลจะร่วมกิจกรรมที่คาดหวังว่าจะได้รับรางวัลหรือได้สิ่งต่างๆตามที่ปรารถนาและมีความเชื่อที่ว่าพฤติกรรมอาจนำไปสู่เป้าหมายที่กำหนดไว้ นั้น โดยที่ วรูม เรียกว่า ความคาดหวัง (expectancy) ซึ่งสามารถเขียนสรุปเป็นสูตรได้ดังนี้

$$\text{แรงจูงใจ} = \text{ความอยาก} \times \text{ความคาดหวัง}$$

คำนึงถึงการรับรู้ของปัจเจกบุคคล (individuals) ว่าเมื่อได้ทำสิ่งนั้นแล้วผลที่ได้รับ จะคุ้มค่าหรือไม่ ผู้ปฏิบัติงานในแต่ละคนจะมีความอยากและความคาดหวังเฉพาะคนซึ่งเป็นกลไกที่ จะแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ออกมา เป็นต้น

นอกจากนี้แล้ว วรูม ได้ชี้ให้เห็นอีกต่อไปว่า แรงจูงใจที่มีประสิทธิภาพไม่ใช่เป็น การเฉพาะเจาะจงอยู่กับความต้องการของมนุษย์ที่เป็นรูปแบบของแรงจูงใจภายในเท่านั้น แต่ แรงจูงใจ ก็มักจะเกิดขึ้นจากลักษณะที่สำคัญอยู่ 3 ประการ คือ

1. เป้าหมายที่บุคคลต้องการได้รับ โดยได้เน้นที่สถานะภายในของคนงานเท่านั้น แต่จะเน้นที่จุดประสงค์และเป้าหมายที่ต้องการ รวมไปถึงการเลื่อนขั้นเลื่อนตำแหน่ง เลื่อนขึ้น เงินเดือน ความก้าวหน้าของงาน ความมั่นคงในอาชีพ และเป็นงานที่แต่ละบุคคลให้ความสนใจ

เพราะใน แต่ละบุคคลนั้นมักจะเป็นเป้าหมายเหมือน ๆ กันและจะเน้นให้เห็นความสำคัญของเป้าหมายด้วยโดยการให้ผู้ที่ทำงานในหน่วยงานนั้นได้รู้ได้เห็นอย่างเด่นชัด

2. ความสัมพันธ์ระหว่างการผลิตและเป้าหมายของแต่ละบุคคลที่ได้รับ ซึ่งทุกคนมีความปรารถนาที่จะให้ได้ผลผลิตที่สูง แต่ผู้บริหารหรือผู้นำไม่ควรมุ่งหวังให้บุคคลสนใจในคุณค่า เช่นนั้นมากนัก ควรให้ผู้ปฏิบัติงานหรือคนงานได้แสดงความคิดเห็นในการบริหารงานขององค์กรเป็นสิ่งสำคัญและผู้ที่ปฏิบัติต้องมีความเชื่อมั่นถึงความสัมพันธ์ที่แน่นแฟ้นระหว่างปริมาณและคุณภาพของผลผลิตที่ออกมา รวมทั้งได้รับเป้าหมายที่ปรารถนาด้วย

3. ลักษณะของบุคคลควรมีอิทธิพลต่อผลผลิตในระดับใด กล่าวว่ถ้าหากคนงานมีความเชื่อมั่นว่า ผลผลิตไม่มีอิทธิพลในการปฏิบัติงานแล้วความพยายามที่จะผลิตออกมาก็อาจจะลดลงตามไปด้วย ดังนั้นควรเป็นผู้มีอิทธิพลต่อผลผลิตจึงเป็นสิ่งที่ต้องนับเป็นความสำคัญด้วย แนวความคิดของวรูม จึงได้มุ่งเน้นความสัมพันธ์ ดังนี้ (ประยงค์ มีใจชื่อ, 2541)

1. ความสัมพันธ์ระหว่างความพยายามและผลของการปฏิบัติงาน (effort performance relationship)
2. ความสัมพันธ์ระหว่างผลงานของการปฏิบัติงานและรางวัลที่ได้รับ (performance reward relationship)
3. ความสัมพันธ์ระหว่างรางวัลที่ได้รับและเป้าหมายส่วนบุคคล (reward personal goal relationship)

กล่าวสรุป โดยแนวความคิดของวรูม เป็นการทำความเข้าใจของเป้าหมายของแต่ละบุคคล และเป็นความสัมพันธ์ระหว่างการพยายามและผลของการปฏิบัติงานเป็นความสัมพันธ์ระหว่างผลของการปฏิบัติงานและรางวัลที่ได้รับ และเป็นความสัมพันธ์ระหว่างรางวัลที่ได้รับ และความพึงพอใจที่มีแต่ละเป้าหมายของแต่ละบุคคล ไม่สามารถทำให้เกิดความมั่นใจได้ว่า บุคคลนั้น ๆ ได้รับรู้ผลการปฏิบัติงานที่ดี ซึ่งจะนำไปสู่การตอบสนองความพึงพอใจของความต้องการเหล่านั้นได้ เนื่องจากในยุคปัจจุบันหรือในยุคโลกาภิวัตน์นั้น การพิจารณาผลของการปฏิบัติของบุคคลในองค์กร ปัจจัยที่ควรนำมาพิจารณาร่วมด้วยก็คือ โอกาสที่จะปฏิบัติงาน (opportunity to perform) ซึ่งเป็นปัจจัยที่แสดงความสัมพันธ์ระหว่างผลของการปฏิบัติงานกับความสามารถการจูงใจและโอกาสเป็นต้น

2.6 ทฤษฎีเอกซ์ (X) และทฤษฎีวาย (Y) ของแมคเกรเกอร์ (Megregor)

แมคเกรเกอร์ เป็นศาสตราจารย์ของการบริหารที่มีชื่อเสียงแห่งสถาบันเทคโนโลยีแมสซาชูเซตส์ (Massachusetts institute of technology) ได้เขียนหนังสือชื่อ The human side of Enterprise ซึ่งได้ตั้งสมมติฐานเกี่ยวกับแบบแผนพฤติกรรมของคนในองค์กรไว้ในรูปแบบของทฤษฎีเอกซ์ (Theory X) และทฤษฎีวาย (Theory Y)

ทฤษฎีเอกซ์ (Theory X) มีสมมติฐานเกี่ยวกับธรรมชาติของคน คือ

1. คนส่วนใหญ่มีสัญชาตญาณเกียจคร้าน ไม่ชอบทำงาน จะพยายามหลีกเลี่ยงการทำงานทุกอย่างเท่าที่จะทำได้
2. เนื่องจากคนไม่ชอบทำงาน จึงต้องมีการใช้อำนาจบังคับ ควบคุมแนะนำหรือขู่ลงโทษ เพื่อให้งานสำเร็จลุล่วงตามวัตถุประสงค์
3. คนโดยส่วนใหญ่ชอบให้ผู้อื่นแนะนำชี้แจงในการทำงาน พยายามหลีกเลี่ยงการรับผิดชอบ มีความทะเยอทะยานน้อย ต้องการความปลอดภัยมากกว่าสิ่งใด

โดยสาระสำคัญแล้ว ทฤษฎีเอกซ์ (Theory X) ชี้ให้เห็นว่า โดยธรรมชาติแล้วมนุษย์ไม่ชอบทำงาน พยายามหลีกเลี่ยงงานเมื่อมีโอกาส ในขณะที่เดียวกันมนุษย์สนใจประโยชน์ส่วนตัวเป็นที่ตั้ง ดังนั้นในการจูงใจให้คนปฏิบัติงานต้องใช้อำนาจบังคับให้เกิดความเกรงกลัว และให้ผลตอบแทนทางกายภาพ อย่างไรก็ตามทฤษฎีนี้แม้ไม่ได้กล่าวอย่างชัดเจนว่าใช้วิธีลงโทษหรือขู่ด้วยวิธีใด แต่ก็แสดงออกถึงการบังคับโดยทางอ้อมด้วยวิธีการจ่ายผลตอบแทนโดยตรงเท่านั้น

ทฤษฎี (Y) มีสมมติฐานเกี่ยวกับธรรมชาติของคน คือ

1. คนมักจะทุ่มเทแรงกายแรงใจให้กับงานปกติราวกับว่าเป็นการเล่นหรือการพักผ่อน ทั้งนี้ต้องขึ้นอยู่กับลักษณะของงาน และลักษณะของการควบคุมงาน
2. การควบคุมจากบุคคลอื่น และการบังคับข่มขู่ไม่ใช่วิธีเดียวที่จะทำให้คนงานบรรลุวัตถุประสงค์ขององค์การ ทุกคนปรารถนาที่จะเป็นตัวของตัวเองและควบคุมตัวเองในการทำงานเพื่อสัมฤทธิ์ผลตามวัตถุประสงค์ที่เขามีความผูกพัน
3. การที่คนมีความผูกพันต่อวัตถุประสงค์จะเป็นแรงจูงใจอย่างหนึ่งจะผลักดันให้เกิดสัมฤทธิ์ผลตามที่คนมีจุดประสงค์ที่คนมีส่วนผูกพัน
4. คนเราไม่เพียงแต่ต้องการความรับผิดชอบด้วยตนเองเท่านั้น แต่ยังแสวงหาความรับผิดชอบเพิ่มขึ้นอีกด้วย
5. คนส่วนมากมีความรับผิดชอบค่อนข้างสูงในการใช้เงินธนาคาร ความเฉลียวฉลาด และความคิดสร้างสรรค์ในการคิดแก้ปัญหาขององค์การ

ทฤษฎี (Y) เป็นแนวคิดที่คำนึงถึงจิตวิทยาของมนุษย์อย่างลึกซึ้งและเป็นการมองพฤติกรรมของมนุษย์ในองค์การจากสภาพความเป็นจริง การดำเนินงานขององค์การจะสำเร็จโดยได้รับความร่วมมืออย่างจริงจังและมีโอกาสใช้ความรู้ความสามารถของแต่ละบุคคลและให้ตั้งอยู่บนความพอใจด้วย

นักวิชาการต่าง ๆ ได้มีความเชื่อว่า ทฤษฎีของเฮอรัซเบิร์ก มีพื้นฐานความต้องการคล้ายคลึงกับทฤษฎีของมาสโลว์ และทฤษฎี (X) และทฤษฎี (Y) ของแมคเคนแลนด์ โดยพิจารณาส่วนที่มีลักษณะสอดคล้องสัมพันธ์กันทั้ง 3 ทฤษฎี จะเห็นได้ว่าความต้องการระดับต่างทั้งสาม

ประเภทของทฤษฎีการจูงใจของมาสโลว์ คือ ความต้องการทางด้านร่างกาย ความต้องการความปลอดภัย หรือความมั่นคง และความต้องการทางด้านสังคมนั้น อาจเปรียบเทียบกับปัจจัยที่เรียกว่าปัจจัยค่าจูงของเฮอรัชเบิร์ก

จากคำอธิบายและความหมายดังกล่าว จึงสรุปได้ว่า การจูงใจ เป็นกระบวนการที่บุคคลถูก กระตุ้นจากสิ่งเร้าโดยจงใจ ให้กระทำหรือคิดรนเพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์บางอย่าง ซึ่งจะเห็นได้ว่า พฤติกรรมที่เกิดจากการจูงใจ เป็น พฤติกรรม ที่มีใช่เป็นเพียงการตอบสนองสิ่งเร้าปกติธรรมดา แต่ ต้องเป็นพฤติกรรมที่มีความเข้มข้น มีทิศทางจริงจัง มีเป้าหมายชัดเจนที่ต้องการไปสู่จุดใด และ พฤติกรรมที่เกิดขึ้น เป็นผลสืบเนื่องมาจาก แรงผลักดัน หรือ แรงกระตุ้น ที่เรียกว่าแรงจูงใจ ด้วย

3. ลักษณะของแรงจูงใจ

แรงจูงใจของมนุษย์มีมากมายหลายอย่าง เราถูกจูงใจให้มีการกระทำหรือพฤติกรรมหลายรูปแบบ เพื่อหาน้ำและอาหารมาดื่มกิน สนองความต้องการทางกาย แต่ยังมีความต้องการมากกว่านั้น เช่น ต้องการความสำเร็จ ต้องการเงิน คำชมเชย อำนาจ และในฐานะที่เป็นสัตว์สังคม คนยังต้องการมีอารมณ์ผูกพันและอยู่รวมกลุ่มกับผู้อื่น แรงจูงใจ จึงเกิดขึ้นได้จากแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ปัจจัยภายในและปัจจัยภายนอก

4. ทฤษฎีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์

แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ หมายถึง แรงจูงใจที่เป็นแรงขับให้บุคคลพยายามที่จะประกอบพฤติกรรมที่จะประสบสัมฤทธิ์ผลตามมาตรฐานความเป็นเลิศ (Standard of Excellence) ที่ตนตั้งไว้ บุคคลที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์จะไม่ทำงานเพราะหวังรางวัลแต่ทำเพื่อจะประสบความสำเร็จตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้

แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (Achievement) หมายถึง ความต้องการที่จะกระทำสิ่งต่างๆ ให้ได้ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่ตนเองวางไว้ ซึ่งแต่ละคนจะมีระดับความต้องการแตกต่างกันไป (วิภาพร มาพบสุข, 2542) หรือความปรารถนาที่จะกระทำสิ่งต่างๆ ให้ได้ดีที่สุดและประสบความสำเร็จ (โยธิน ศันสนยุท และคณะ, 2533) และให้ได้ผลดีเยี่ยม (วิไลวรรณ ศรีสงคราม และคณะ, 2549)

ประเภทของแรงจูงใจ แบ่งออกได้เป็น 2 ประเภท ดังนี้

1. แรงจูงใจปฐมภูมิ (Primary Motives) ฮัล คอลลาร์ด และมิลเลอร์ (Hull, Dollard and Miller อ้างถึงใน วิภาพรมาพบสุข, 2542) กล่าวว่า แรงจูงใจปฐมภูมิเป็นแรงจูงใจที่ไม่ได้เกิดจากการเรียนรู้ แต่เกิดจากความต้องการทางชีวภาพหรือร่างกาย และเป็นสิ่งที่มีความจำเป็นต่อการมีชีวิตของบุคคลหรือสัตว์แต่ละสกุล วิไลวรรณ ศรีสงคราม และคณะ (2549) กล่าวว่า แรงจูงใจปฐมภูมิ

เป็นแรงจูงใจเพื่อการดำรงชีวิตอยู่และสัมพันธ์กับความต้องการของอินทรีย์ เป็นแรงจูงใจที่ทำให้เกิดพฤติกรรมตอบสนองในทันทีหรืออย่างเร่งด่วน ซึ่งตรงกับ ซีริโซภาคย์ บูรพาเดชะ (2532)

2. แรงจูงใจทุติยภูมิ (Secondary Motives) ฮัล คอลลาร์ด และมิลเลอร์ (Hull, Dollard and Miller อ้างถึงใน วิกาพร มาพบสุข, 2542) กล่าวว่า แรงจูงใจทุติยภูมิ เป็นความต้องการทางจิตหรือทางสังคมที่เป็นการเรียนรู้แรงจูงใจชนิดนี้ที่สำคัญ ได้แก่ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ แรงจูงใจใฝ่อำนาจ และแรงจูงใจใฝ่สัมพันธ์ ซึ่งตรงกับ วิลเวอร์ธ ซีรังคราม และคณะ (2549)

4.1 ทฤษฎีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของ McClelland

ทฤษฎีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของ McClelland (McClelland's Achievement Motivation Theory) ทฤษฎีนี้เน้นอธิบายการจูงใจของบุคคลที่กระทำเพื่อให้ได้มาซึ่งความต้องการความสำเร็จมิได้หวังรางวัลตอบแทนจากการกระทำของเขา ซึ่งความต้องการความสำเร็จนี้ในแง่ของการทำงาน หมายถึงความต้องการที่จะทำงานให้ดีที่สุดและทำให้สำเร็จผลตามที่ตั้งใจไว้ เมื่อคนทำอะไรสำเร็จได้ ก็จะเป็นแรงกระตุ้นให้ทำงานอื่นสำเร็จต่อไป หากองค์กรใดที่มีพนักงานที่แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์จำนวนมากก็จะเจริญรุ่งเรืองและเติบโตเร็ว

ในช่วงปี ค.ศ.1940 นักจิตวิทยาชื่อ David I. McClelland ได้ทำการทดลองโดยใช้แบบทดสอบการรับรู้ของบุคคล (Thematic Apperception Test) หรือเรียกชื่อย่อว่า ทีเอที (TAT) เพื่อวัดความต้องการของมนุษย์โดยแบบทดสอบ TAT เป็นเทคนิคการนำเสนอภาพต่างๆแล้วให้บุคคลเขียนเรื่องราวเกี่ยวกับสิ่งที่เขาเห็นจากการศึกษาวิจัยของ McClelland ได้สรุปคุณลักษณะของคนที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงมีความต้องการ 3 ประการ ที่ได้จากแบบทดสอบ TAT ซึ่งเขาเชื่อว่าเป็นสิ่งสำคัญในการที่จะเข้าใจถึงพฤติกรรมของบุคคลได้ดังนี้

1. ความต้องการความสำเร็จ (Need for Achievement (nAch)) เป็นความต้องการที่จะทำสิ่งต่างๆ ให้เต็มที่และดีที่สุดเพื่อความสำเร็จ จากการวิจัยของ McClelland พบว่า บุคคลที่ต้องการความสำเร็จ (nAch) สูงจะมีลักษณะชอบการแข่งขัน ชอบงานที่ท้าทาย และต้องการได้รับข้อมูลป้อนกลับเพื่อประเมินผลงานของตนเอง มีความชำนาญในการวางแผน มีความรับผิดชอบสูง และกล้าที่จะเผชิญกับความล้มเหลว

2. ความต้องการความผูกพัน (Need for Affiliation (nAff)) เป็นความต้องการการยอมรับจากบุคคลอื่น ต้องการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม ต้องการสัมพันธ์ที่ดีต่อบุคคลอื่น บุคคลที่ต้องการความผูกพันสูงจะชอบสถานการณ์การร่วมมือมากกว่าสถานการณ์การแข่งขัน โดยจะพยายาม สร้างและรักษาความสัมพันธ์อันดีกับผู้อื่น

3. ความต้องการอำนาจ (Need for Power (nPower)) เป็นความต้องการอำนาจเพื่อมีอิทธิพลเหนือผู้อื่น บุคคลที่มีความต้องการอำนาจสูงจะแสวงหาวิถีทางเพื่อให้ตนมีอิทธิพลเหนือ

บุคคลอื่น ต้องการให้ผู้อื่นยอมรับและยกย่อง ต้องการความเป็นผู้นำ ต้องการงานให้เหนือบุคคลอื่น และจะกังวลเรื่องอำนาจมากกว่าการทำงานให้มีประสิทธิภาพ

จากการศึกษาพบว่าพนักงานที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงมักต้องการจะทำงานในลักษณะ 3 ประการ ดังนี้

1. งานที่เปิดโอกาสให้เขารับผิดชอบเฉพาะส่วนของเขา และเขามีอิสระที่จะตัดสินใจและแก้ปัญหาด้วยตนเอง
2. ต้องการงานที่มีระดับยากพอจะไม่ง่ายหรือยากจนเกินไปกว่าความสามารถของเขา
3. ต้องการงานที่มีความแน่นอนและต่อเนื่องซึ่งสร้างผลงานได้และทำให้เขามีความก้าวหน้าในงานเพื่อจะพิสูจน์ตนเองถึงความสามารถของเขาได้

นอกจากงานในลักษณะดังกล่าวแล้ว McClelland ได้พบว่าปัจจัยที่สำคัญอีกปัจจัยหนึ่งที่มีผลต่อการทำงานเพื่อให้ได้ผลงานที่มีประสิทธิภาพคือสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสมกับงานที่เขาทำด้วย

5. แรงจูงใจภายใน

แรงจูงใจภายใน (intrinsic motives) เป็นสิ่งผลักดันจากภายในตัวบุคคล ซึ่งอาจจะเป็นเจตคติ ความคิดเห็น ความสนใจ ความตั้งใจ การมองเห็นคุณค่า ความพอใจ ความต้องการ ฯลฯ สิ่งต่างๆ ดังกล่าวมาเหล่านี้มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมค่อนข้างถาวร

แรงจูงใจภายใน หมายถึง แรงจูงใจที่มาจากภายในตัวบุคคล และเป็นแรงขับที่ทำให้บุคคลนั้นแสดงพฤติกรรม โดยไม่หวังรางวัลหรือแรงเสริมภายนอก ความมีสมรรถภาพ (Competence) ความมีสมรรถภาพเป็นแรงจูงใจภายใน ซึ่งหมายถึงความต้องการที่จะมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมได้อย่างมีประสิทธิภาพ ถือว่า มนุษย์เราต้องการปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมมาตั้งแต่วัยทารกและพยายามที่จะปรับปรุงตัวอยู่เสมอความต้องการมีสมรรถภาพจึงเป็นแรงจูงใจภายใน ความอยากรู้อยากเห็น (Curiosity) ความอยากรู้อยากเห็นเป็นแรงจูงใจภายในที่ทำให้เกิดพฤติกรรมที่อยากค้นคว้า สำรวจสิ่งแวดล้อม ดังจะเห็นได้จากเด็กวัย 2-3 ขวบจะมีพฤติกรรมที่ต้องการจะสำรวจสิ่งแวดล้อมรอบ ๆ ตัว โดยไม่รู้จักเหน็ดเหนื่อย

แรงจูงใจภายใน หมายถึง สภาวะของบุคคลที่มีความต้องการ ในการทำ การเรียนรู้ หรือแสวงหาบางอย่างด้วยตนเอง โดยมีต้องให้มีบุคคลอื่นมาเกี่ยวข้อง เช่น นักเรียนสนใจเล่าเรียนด้วยความรู้สึกใฝ่ดีในตัวของเขาเอง ไม่ใช่เพราะถูกบิดามารดาบังคับ หรือเพราะมีสิ่งล่อใจใดๆ การจูงใจประเภทนี้ใช้ได้แก่

1. ความต้องการ (Need) เนื่องจากคนทุกคนมีความต้องการที่อยู่ภายใน อันจะทำให้เกิดแรงขับ แรงขับนี้จะก่อให้เกิดพฤติกรรมต่าง ๆ ขึ้น เพื่อให้บรรลุเป้าหมาย และความพอใจ

2. เจตคติ (Attitude) หมายถึง ความรู้สึกนึกคิดที่ดีที่บุคคลมีต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใด ซึ่งจะช่วยให้เป็นตัวกระตุ้นให้บุคคลทำในพฤติกรรมที่เหมาะสม เช่น เด็กนักเรียนรักครูผู้สอน และพอใจวิธีการสอน ทำให้เด็กมีความสนใจ ตั้งใจเรียน เป็นพิเศษ

3. ความสนใจพิเศษ (Special Interest) การที่เรามีความสนใจในเรื่องใดเป็นพิเศษ ก็จัดว่าเป็นแรงจูงใจให้เกิดความเอาใจใส่ในสิ่งนั้น ๆ มากกว่าปกติ

6. แรงจูงใจภายนอก

แรงจูงใจภายนอก (extrinsic motives) เป็นสิ่งผลักดันภายนอกตัวบุคคลที่มากกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรม อาจจะเป็นการได้รับรางวัล เกียรติยศ ชื่อเสียง คำชม การได้รับการยอมรับ ยกย่อง ฯลฯ แรงจูงใจนี้ไม่คงทนถาวรต่อพฤติกรรม บุคคลจะแสดงพฤติกรรมเพื่อตอบสนองสิ่งจูงใจดังกล่าว เฉพาะในกรณีที่ต้องการรางวัล ต้องการเกียรติ ชื่อเสียง คำชม การยกย่อง การได้รับการยอมรับ ฯลฯ ตัวอย่างแรงจูงใจภายนอกที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรม เช่น การที่คนงานทำงานเพียงเพื่อแลกกับค่าตอบแทนหรือเงินเดือน การแสดงความขยันตั้งใจทำงานเพียงเพื่อให้หัวหน้างานมองเห็นแล้วได้รับความดีความชอบ เป็นต้น

แรงจูงใจภายนอก หมายถึง แรงจูงใจที่มาจากภายนอก เป็นต้นว่า คำชมหรือรางวัล มอว์และมอว์ (Maw and Maw, 1964) ได้เสนอแนะเครื่องชี้ (indicators) ของความกระตือรือร้นของเด็กจากพฤติกรรมต่อไปนี้

1. เด็กจะมีปฏิกริยาบวกต่อสิ่งแวดลอม โดยเฉพาะสิ่งใหม่ แปลกและตลกคือมีการเคลื่อนไหว หาสิ่งเหล่านั้น
2. เด็กแสดงความอยากรู้เกี่ยวกับตนเองและสิ่งแวดลอม
3. เด็กจะเสาะแสวงหาประสบการณ์ใหม่ ๆ โดยสำรวจสิ่งแวดลอมรอบตัว
4. เด็กจะแสดงความเพียรพยายามอย่างไม่ท้อถอยในการสำรวจค้นพบสิ่งแวดลอม

มอว์และมอว์ (Maw and Maw, 1965) ได้เน้นความสำคัญของความกระตือรือร้นว่าเป็นองค์ประกอบสำคัญของการเรียนรู้ ความคิดสร้างสรรค์ และสุขภาพจิต ความต้องการพัฒนาตน (Growth Needs) ก็เป็นความต้องการที่ทำให้เกิดแรงจูงใจภายใน ในการเรียนการสอน ครูมีหน้าที่ที่จะสนับสนุนให้นักเรียนได้มีโอกาสค้นคว้าสำรวจและทดลองความสามารถของตน โดยจัดสิ่งแวดลอมของห้องเรียนหรือจัดประสบการณ์ที่ท้าทายความอยากรู้อยากเห็นของนักเรียน

แรงจูงใจภายนอก (Extrinsic Motivation) หมายถึง สภาวะของบุคคล ที่ได้รับแรงกระตุ้นมาจากภายนอกให้มองเห็นจุดหมายปลายทาง และนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงหรือการแสดงพฤติกรรมของบุคคล แรงจูงใจเหล่านี้ได้แก่

1. เป้าหมายหรือความคาดหวังของบุคคล คนที่มีเป้าหมายในการกระทำใด ๆ ย่อมกระตุ้นให้เกิดแรงจูงใจให้มีพฤติกรรมที่ดีและเหมาะสม เช่น พนักงานทดลองงาน มีเป้าหมายที่จะได้รับการบรรจุเข้าทำงาน จึงพยายามตั้งใจทำงานอย่างเต็มความสามารถ

2. ความรู้เกี่ยวกับความก้าวหน้า คนที่มีโอกาสทราบว่าตนจะได้รับความก้าวหน้าอย่างไรจากการกระทำนั้น ย่อมจะเป็นแรงจูงใจให้ตั้งใจและเกิดพฤติกรรมขึ้นได้

3. บุคลิกภาพ ความประทับใจอันเกิดจากบุคลิกภาพ จะก่อให้เกิดแรงจูงใจให้เกิดพฤติกรรมขึ้นได้ เช่น ครู อาจารย์ ก็ต้องมีบุคลิกภาพทางวิชาการที่น่าเชื่อถือ นักปกครอง ผู้จัดการจะต้องมีบุคลิกภาพของผู้นำที่ดี เป็นต้น

4. เครื่องล่อใจอื่น ๆ มีสิ่งล่อใจหลายอย่างที่ก่อให้เกิดแรงกระตุ้นให้พฤติกรรมขึ้น เช่น การให้รางวัล (Rewards) อันเป็นเครื่องกระตุ้นให้อยากกระทำ หรือการลงโทษ (Punishment) ซึ่งจะกระตุ้นมิให้กระทำในสิ่งที่ไม่ถูกต้อง นอกจากนี้การชมเชย การติเตียน การประกวด การแข่งขัน หรือการทดสอบก็จัดว่าเป็นเครื่องมือที่ก่อให้เกิดพฤติกรรมได้ทั้งสิ้น

7. ที่มาและธรรมชาติของแรงจูงใจ

แรงจูงใจมีที่มาจากหลายสาเหตุด้วยกันเช่น อาจจะเนื่องมาจากความต้องการหรือแรงขับหรือสิ่งเร้า หรืออาจเนื่องมาจากการคาดหวังหรือจากการเก็บกดซึ่งบางทีเจ้าตัวก็ไม่วินิจฉัยจะเห็นได้ว่าการจูงใจให้เกิดพฤติกรรมที่ไม่มีกฎเกณฑ์แน่นอนเนื่องจากพฤติกรรมมนุษย์มีความซับซ้อน แรงจูงใจอย่างเดียวกันอาจทำให้เกิดพฤติกรรมที่ต่างกัน แรงจูงใจต่างกันอาจเกิดพฤติกรรมที่เหมือนกันก็ได้ดังนั้นจะกล่าวถึงที่มาของแรงจูงใจที่สำคัญพอสังเขปดังนี้

1) ความต้องการ (needs) เป็นสภาพที่บุคคลขาดสมดุล เกิดแรงผลักดันให้บุคคลแสดงพฤติกรรมเพื่อสร้างสมดุลให้ตัวเอง เช่น คนที่รู้สึกเหนื่อยล้าโดยการนอน หรือนั่งพัก หรือเปลี่ยนบรรยากาศ เปลี่ยนอิริยาบถ ดูหนังฟังเพลง คนที่ถูกทิ้ง ให้อยู่คนเดียว เกิดความต้องการความรัก ความสนใจจากผู้อื่น เป็นแรงผลักดันให้คนๆ นั้น กระทำการบางอย่าง เพื่อให้ได้รับความรักความสนใจ ความต้องการมีอิทธิพลมากต่อพฤติกรรม กล่าวได้ว่าสิ่งที่กระตุ้น ให้บุคคล แสดงพฤติกรรมเพื่อบรรลุจุดหมายปลายทางที่ต้องการนั้น ส่วนใหญ่เกิดเนื่องมาจากความต้องการของบุคคล ความต้องการในคนเรามีหลายประเภท นักจิตวิทยาแต่ละท่าน จะอธิบายเรื่อง ความต้องการในรูปแบบต่างๆ กัน แต่โดยทั่วไปแล้ว เราอาจแบ่งความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ได้เป็น 2 ประเภท ดังนี้

1. ความต้องการทางกาย (Physical Needs) เป็นความต้องการที่เกิดจากธรรมชาติของร่างกาย เช่น ต้องการกินอาหาร หายใจ ขับถ่ายของเสีย การเคลื่อนไหว พักผ่อน และต้องการทางเพศ ความต้องการทางกายทำให้เกิดแรงจูงใจ ให้บุคคลกระทำการ เพื่อสนองความต้องการดังกล่าว เรียกแรงจูงใจที่เกิดจากความต้องการทางกายนี้ว่า แรงจูงใจทางชีวภาพ หรือทางสรีระ (biological motives)

2. ความต้องการทางสังคม หรือ ความต้องการทางจิตใจ (Social or Psychological Needs) เป็นความต้องการที่เกิดจากการเรียนรู้ทางสังคม เช่น ต้องการความรัก ความมั่นคงปลอดภัย การเป็นที่ยอมรับในสังคม ต้องการอิสรภาพ ความสำเร็จ ในชีวิต และตำแหน่งทางสังคม ความต้องการทางสังคมหรือทางจิตใจดังกล่าวนี้ เป็นเหตุให้มนุษย์แสดง พฤติกรรม เพื่อไปสู่จุดหมายปลายทางได้ เพื่อให้ได้มาซึ่งความต้องการดังกล่าวคือ ทำให้เกิดแรงจูงใจที่เรียกว่า แรงจูงใจทางสังคม (Social Motives)

2) แรงขับ (drives) เป็นแรงผลักดันที่เกิดจากความต้องการทางกาย และสิ่งเร้าจากภายในตัวบุคคล ความต้องการ และแรงขับมักเกิดควบคู่กัน คือ เมื่อเกิดความต้องการแล้วความต้องการนั้นๆ ไป ผลักดันให้เกิดพฤติกรรม เราเรียกว่า เป็นแรงขับนอก จากนั้นแรงขับ ยังหมายถึงสภาพทางจิตวิทยาที่เป็นผล เนื่องมาจากความต้องการทางกาย เช่น ความหิว ทำให้เกิดสภาพทางจิตวิทยาคือ ใจสั่น ตาลอย หงุดหงิด อารมณ์เสีย ตัวอย่างที่เห็นได้ชัดในหน่วยงาน เช่น การเร่งร้อนหาข้อสรุปจากการประชุม ในบรรยากาศที่ผู้เข้าประชุมทั้งหิว ทั้งเหนื่อย แทนที่จะได้ข้อสรุปที่ดี บางครั้งกลับ ก่อให้เกิดปัญหาขัดแย้ง ไม่ได้รับผลสำเร็จตามที่ต้องการ หรือเพราะด้วยความหิว ความเหนื่อย ทำให้รีบสรุปและตกลง เรื่องงานโดยขาดการไตร่ตรอง เพื่อจะได้รับประทานอาหาร และพักผ่อน ซึ่งอาจก่อให้เกิด ผลเสียต่องานได้ แต่ในบางกรณี บุคคลบางคนก็อาจฉวยโอกาสของการที่คน ในที่ประชุมอยู่ในภาวะมีแรงขับด้านความหิว ความเหนื่อย มาเป็น ประโยชน์ให้ลงมติบางเรื่องโดยง่ายและรวดเร็ว เพื่อประโยชน์ต่องาน

3) สิ่งล่อใจ (incentives) เป็นสิ่งชักนำบุคคลให้กระทำการอย่างใดอย่างหนึ่งไปสู่จุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้ จัดเป็น แรงจูงใจภายนอก เช่น การชักจูงให้คนงานมาทำงานอย่างสม่ำเสมอ โดยยกย่องพนักงาน ที่ไม่ขาดงานให้เป็นที่ปรากฏ การประกาศเกียรติคุณ หรือการ จัดสรรรางวัล ในการคัดเลือกพนักงาน หรือบุคคลดีเด่นประจำปี การจัดทำเนียบ "Top Ten" หรือสาขาดีเด่นขององค์กร การมอบโล่รางวัลแก่ฝ่ายงาน ที่มีผลงานยอดเยี่ยมในรอบปี ฯลฯ ตัวอย่างที่ยกมาเหล่านี้ จัดเป็นการใช้สิ่งล่อใจ มาสร้างแรงจูงใจ ในการทำงาน ให้เกิดแก่พนักงานขององค์กรทั้งสิ้น ซึ่ง จะเห็นได้ว่า สิ่งล่อใจนั้น อาจเป็น วัตถุ เป็นสัญลักษณ์ หรือเป็นคำพูด ที่ทำให้บุคคลพึงพอใจ

4) การตื่นตัว (arousal) เป็นภาวะที่บุคคลพร้อมที่จะแสดงพฤติกรรม สมองพร้อมที่จะคิด กล้ามเนื้อพร้อมที่จะเคลื่อนไหว นักกีฬาที่อุ่นเครื่องเสร็จพร้อมที่จะแข่งขันหรือเล่นกีฬา พนักงานต้อนรับที่พร้อมให้บริการแก่ลูกค้า ฯลฯ ลักษณะดังกล่าวนี้เปรียบเหมือนเครื่องยนต์ที่ติดเครื่องพร้อมจะทำงาน บุคลากรในองค์กรถ้ามีการตื่นตัวในการทำงาน ย่อมส่งผลให้ทำงาน ได้ดีขึ้น แต่อย่างไรก็ตาม จากการศึกษาธรรมชาติ พฤติกรรมของมนุษย์พบว่า การตื่นตัวมี 3 ระดับ คือ การตื่นตัวระดับสูง การตื่นตัวระดับกลาง และการตื่นตัวระดับต่ำ ระดับที่นักจิตวิทยาค้นพบว่าดี ที่สุดได้แก่ การตื่นตัวระดับกลาง ถ้าเป็นการตื่นตัวระดับสูง จะตื่นตัวมากไปจนกลายเป็นตื่นตกใจ

หรือตื่นเต้น ขาดสมาธิในการทำงาน ถ้าตื่นตัวระดับต่ำก็มักทำงานทำงานเฉื่อยชา ผลงานเสร็จช้า และจากการศึกษาพบว่า ปัจจัยที่ทำให้บุคคลตื่นตัว มีทั้งสิ่งเร้าภายนอก และสิ่งเร้าภายในตัวได้แก่ ลักษณะส่วนตัวของบุคคล แต่ละคนที่มีต่างๆ กัน ทั้งในส่วนที่เป็นบุคลิกภาพ ลักษณะนิสัย และระบบสรีระภายในของผู้นั้น

5) การคาดหวัง (expectancy) เป็นการตั้งความปรารถนา หรือการพยากรณ์ล่วงหน้าของบุคคล ในสิ่งที่จะเกิดขึ้นต่อไป ตัวอย่างเช่น การที่คนงานคาดหวังว่า พวกเขาจะได้รับโบนัสประจำปีสัก 4-5 เท่าของเงินเดือน การคาดหวังดังกล่าวนี้ ส่งผลให้พนักงาน ดังกล่าว กระปรี้กระเปร่า มีชีวิตชีวา ซึ่งบางคนก็อาจจะสมหวัง และมีอีกหลายคนที่ไม่สมหวัง ในชีวิตจริงของคนเราโดยทั่วไป สิ่งที่เราคาดหวัง กับ สิ่งที่เกิดขึ้น มักไม่ตรงกันเสมอไป ช่วงห่างระหว่างสิ่งที่คาดหวังกับสิ่งที่เกิดขึ้นจริง ถ้าห่างกันมาก ก็อาจทำให้คนงานคับข้องใจ และ เกิดปัญหา จัดแย้งอื่นๆ ตามมา เจ้าของกิจการ หรือผู้บริหารงาน จึงควรระวังในเรื่องดังกล่าว ที่จะต้องมีการสื่อสารสร้างความเข้าใจ ที่ถูกต้องในกันและกัน การสร้างความหวัง หรือ การปล่อยให้พนักงาน คาดหวังลมๆ แล้งๆ โดยที่สภาพความเป็นจริง ทำไม่ได้ อาจจะทำให้ เกิดปัญหายุ่งยากที่คาดไม่ถึง ในเวลาต่อไป ดังตัวอย่างที่เห็นได้จาก การที่กลุ่มคนงานของบริษัทใหญ่บางแห่ง รวมตัวกัน ต่อต้านผู้บริหาร และ เผาโรงงาน เนื่องมาจาก ไม่พอใจที่ไม่ได้โบนัสประจำปีตามที่คาดหวังไว้ว่าควรจะได้ การคาดหวังก่อให้เกิดแรงผลักดัน หรือเป็นแรงจูงใจที่สำคัญต่อพฤติกรรมอีกส่วนหนึ่ง ในองค์การ ถ้าได้มีการกระตุ้น ให้พนักงาน ทำงานโดยวางแผนและเป้าหมาย ตั้งระดับของผลงานตามที่ควรจะเป็น อาจเป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่ช่วยยกระดับ มาตรฐานของผลงาน ของพนักงาน ซึ่งเมื่อ ได้ผลงานดีขึ้น ผู้บริหารก็พิจารณาผลตอบแทน ที่ใกล้เคียงกับ สิ่งที่พนักงาน คาดว่า ควรจะได้ เช่นนี้นับว่า ได้รับประโยชน์พร้อมกัน ทั้งฝ่ายเจ้าของกิจการและผู้ปฏิบัติงาน

6) การตั้งเป้าหมาย (goal settings) เป็นการกำหนดทิศทางและ จุดมุ่งหมายปลายทาง ของ การกระทำกิจกรรมใด กิจกรรมหนึ่งของบุคคล จัดเป็นแรงจูงใจจากภายในของบุคคลผู้นั้น ในการทำงานธุรกิจที่มุ่งเพิ่มปริมาณและคุณภาพ ถ้าพนักงานหรือนักธุรกิจมีการตั้งเป้าหมายในการทำงาน จะส่งผลให้ทำงานอย่างมีแผน และดำเนินไปสู่เป้าหมาย ดังกล่าวเสมือนเรือที่มีหางเสือ ซึ่งในชีวิตประจำวันของคนเรานั้นจะเห็นว่า มีคนบางคนที่ทำอะไร ก็มักประสบความสำเร็จ หรือไม่สำเร็จดังกล่าว อาจจะมีหลายประการ แต่ปัจจัยที่สำคัญประการหนึ่งซึ่งมีอิทธิพลมากต่อความสำเร็จในการทำงาน คือการตั้งเป้าหมายในการทำงานแต่ละงานไว้ล่วงหน้า ซึ่งเจ้าของกิจการหรือผู้บริหารงาน ควรสนับสนุน ให้พนักงาน ทำงานอย่างมีเป้าหมาย ทั้งนี้เพื่อความเจริญก้าวหน้าขององค์การ และตัวของพนักงานเอง

ที่กล่าวมาทั้งหมดในเรื่องที่มาของแรงจูงใจ ซึ่งได้แก่ ความต้องการ แรงขับ สิ่งล่อใจ การตื่นตัว การคาดหวัง และ การตั้งเป้าหมาย จะเห็นได้ว่าค่อนข้างยากที่จะกล่าวอธิบายแต่ละเรื่องแยก

จากกันโดยเอกเทศ ทั้งนี้เนื่องจาก แต่ละเรื่องมี ความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกัน ตัวอย่างเช่น ความต้องการ ทำให้เกิด ภาวะขาดสมดุล ภายในร่างกาย หรือ จิตใจ มนุษย์อยู่ใน ภาวะขาดสมดุลไม่ได้ ต้องการทางสนอง ความต้องการ เพื่อให้เข้าสู่ภาวะสมดุล ส่งผลให้เกิดแรงขับหรือแรงผลักดัน พฤติกรรม ทำให้มนุษย์แสดง พฤติกรรม อย่างมีทิศทาง มุ่งไปสู่เป้าหมาย เมื่อบรรลุเป้าหมายแล้ว แรงผลักดันพฤติกรรมก็ลดลง ภาวะสมดุลก็กลับคืนมา อีกครั้งหนึ่ง จากคำอธิบายดังนี้ จะเห็นได้ว่า ที่มาของแรงจูงใจหลายเรื่องมี ความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกัน

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

นักวัดผลการศึกษาลหลายท่าน ได้ให้ความหมายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน โดยสรุปได้ว่า ผลของการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนที่เกิดจากความรู้ ทักษะและความสามารถในด้านต่างๆ ของนักเรียนจนเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและประสบการณ์เรียนรู้ (ชวาล แพรัตกุล, 2516; สุธรรม์ จันทร์หอม, 2519; ไพศาล หวังพานิชย์, 2526)

1. รูปแบบของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

- 1.1 ความรู้ความเข้าใจ วัดโดยใช้แบบทดสอบ
- 1.2 เจตคติ วัดโดยใช้แบบสอบถาม
- 1.3 ทักษะวัดโดยใช้แบบสังเกต

2. แนวคิดเกี่ยวกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

จรรยา มิลินทร์ (2505) ได้ให้ความหมายของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนว่า คือความรู้ที่ได้รับและทักษะที่พัฒนาขึ้นมาในตัวนักเรียน จากการเรียนปกติ แสดงออกมาให้เห็นได้โดยคะแนนที่สอบได้ในวิชานั้น ๆ

ชวาล แพรัตกุล (2516) ได้ให้ความหมายของคำว่า “สัมฤทธิ์ผลทางการเรียน” ว่าเป็นความสำเร็จในด้านความรู้ ทักษะ และสมรรถภาพทางด้านต่าง ๆ ของสมอง นั่นคือ สัมฤทธิ์ผลทางการเรียนควรจะประกอบด้วยสิ่งสำคัญอย่างน้อย 3 องค์ประกอบ คือ ด้านความรู้ ด้านทักษะและด้านสมรรถภาพสมอง

บุญส่ง นิลแก้ว (2519) กล่าวว่า ความสัมฤทธิ์ผลทางการศึกษา หมายถึง ความสามารถของบุคคลที่ได้เรียนรู้ในสิ่งที่ได้รับการฝึกอบรมสั่งสอน โดยเฉพาะอย่างยิ่งเป็นความสามารถในการเรียนในโรงเรียนหรือสถานศึกษา

พรทิพย์ ถาวรจักร์ (2525) ที่ศึกษาจากแนวคิดของอแนสตาซี พบว่าผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมีความสัมพันธ์กับองค์ประกอบใหญ่ 2 ประการ คือองค์ประกอบทางด้านสติปัญญา กับองค์ประกอบที่ไม่ใช่สติปัญญา องค์ประกอบทางด้านสติปัญญาเป็นองค์ประกอบที่สำคัญส่วนหนึ่งที่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และเป็นความสามารถทางด้านการคิดของบุคคลอันเป็นผลมาจาก

การสะสมของประสบการณ์ต่าง ๆ ได้แก่ สมรรถภาพทางสมอง ความคิดสร้างสรรค์ ความถนัดทางการเรียน ส่วนองค์ประกอบที่ไม่ใช่สติปัญญา ได้แก่ องค์ประกอบทางด้านเศรษฐกิจ แรงจูงใจในการเรียน การปรับตัวในสังคม สภาพครอบครัว ทักษะคิดต่อวิชา เป็นต้น

พวงแก้ว โจรานนท์ (2530) กล่าวว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน คือ ความรู้ ความเข้าใจ ความสามารถ และลักษณะทางด้านวิชาการ รวมทั้งสมรรถภาพทางสมองด้านต่าง ๆ เช่น ระดับสติปัญญา การคิด การแก้ปัญหาต่าง ๆ ของเด็ก ซึ่งแสดงให้เห็นด้วยคะแนนที่ได้จากแบบทดสอบ วัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหรือการรายงานทั้งเขียนและพูด การทำงานที่ได้รับมอบหมาย ตลอดจนการทำการบ้านในแต่ละวิชา ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนจึงวัดได้จากผลสัมฤทธิ์รายวิชา ซึ่งอาจมีทั้งดีมากดี ปานกลาง หรือระดับต่ำ

อัจฉรา และ อรพินทร์ (2530) กล่าวว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน หมายถึง ระดับความสำเร็จที่ได้รับจากการเรียน ซึ่งได้ประเมินผลจากสองวิธี ดังต่อไปนี้

1. กระบวนการที่ได้จากแบบทดสอบ โดยใช้แบบทดสอบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนโดยทั่วไป
2. กระบวนการที่ได้จากเกรดเฉลี่ยของสถาบันการศึกษา ซึ่งต้องอาศัยกรรมวิธีที่ซับซ้อนและช่วงเวลายาวนาน

Mauritz and Nitmko (อ้างใน สุนนท์, 2533) ได้กล่าวว่า การสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนถือว่าเป็นตัวแปรที่สำคัญตัวหนึ่งในการทดสอบต่อขบวนการเรียนรู้และการประเมินผล ซึ่งจากตารางแสดงการประเมินผลทางการศึกษา ได้ชี้ให้เห็นว่าจำเป็นที่จะต้องจัดหรือประเมินผู้เรียนใน 4 ประเด็นหลัก คือ Achievement การสัมฤทธิ์ผลทางการเรียน Aptitude การพิจารณาความถนัดของผู้เรียน Interest การค้นหาความสนใจในตัวผู้เรียน Personality การพัฒนาบุคลิกภาพที่เกิดขึ้นในตัวผู้เรียน แต่ปรากฏว่าในความเป็นจริงแล้ว ในสถาบันโรงเรียนไม่สามารถประเมินได้ครบทั้ง 4 ประการ การประเมินจะพบเห็นได้ชัดในด้านการสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนมากที่สุด การประเมินด้านอื่น ๆ นั้นดูเหมือนเป็นการพิจารณาที่ปรากฏในภายหลังหรือปรากฏน้อย

3. ความหมายของการวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

เสริมศักดิ์ วิศาลภรณ์ และ เอนกกุล กริแสง (2522 : 22) ได้ให้ความหมายของการวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ว่าเป็นกระบวนการวัดปริมาณของผลการศึกษาเล่าเรียน ว่าเกิดขึ้นมากน้อยเพียงใด คำนึงถึงเฉพาะการทดสอบเท่านั้น

สุรชัย ขวัญเมือง (2522 : 232) ได้ให้ความหมายของ การวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน หมายถึง การตรวจสอบดูว่าผู้เรียนได้บรรลุถึงจุดมุ่งหมายทางการศึกษาตามที่หลักสูตรกำหนดไว้แล้วเพียงใด ทั้งนี้ ยกเว้นในทางด้านอารมณ์ สังคมและการปรับตัว นอกจากนี้แล้วยังหมายรวมไป

ถึงการ ประเมินผลความสำเร็จต่างๆ ทั้งที่เป็นการวัด โดยใช้แบบทดสอบ แบบให้ปฏิบัติการและ แบบที่ไม่ใช่แบบทดสอบด้วย

ไพศาล หวังพานิช (2526 : 89) ได้ให้ความหมายของ การวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน หมายถึง คุณลักษณะ และความสามารถของบุคคลอันเกิดจากการเรียนการสอน เป็นการเปลี่ยนแปลง พฤติกรรมและประสบการณ์การเรียนรู้ที่เกิดจากการฝึกฝนอบรม หรือจากการสอน ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนจึงเป็นการตรวจสอบระดับความสามารถ หรือถามสัมฤทธิ์ผลของบุคคลว่า เรียนแล้ว รู้เท่าใด

สรุปได้ว่า การวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน หมายถึง ระดับความสำเร็จที่ได้รับจากการเรียนในด้านความรู้ความเข้าใจ และความสามารถทางด้านวิชาการ รวมทั้งสมรรถภาพทางสมองด้านต่าง ๆ เช่น การคิด การแก้ปัญหา ซึ่งประเมินจากเกรดเฉลี่ยที่ได้จากสถาบันการศึกษา หรือโรงเรียน จึงถือได้ว่า ผลสัมฤทธิ์เป็นตัวแสดงให้เห็นถึงความสำเร็จหรือล้มเหลวทางการศึกษา การวัดผลจากการเรียนว่าผู้เรียนมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องที่เรียนภายหลังการเรียนมากน้อยเพียงไร มีความรู้ในเรื่องที่เรียนเท่าใด

4. แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (Achievement Tests)

นักการศึกษาหลายท่านได้ให้ความหมายของแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนไว้ ดังนี้

สุรชัย ขวัญเมือง (2522 : 233) ได้กล่าวไว้ว่า แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน หมายถึง แบบทดสอบที่วัดความรู้ ทักษะและสมรรถภาพสมองต่าง ๆ ที่เด็กได้รับจาก ประสบการณ์ ทั้งปวงจากทางโรงเรียนและจากที่บ้าน ยกเว้นการวัดทางร่างกาย ความถนัดและทางบุคลิกหรือสังคม ได้แก่ อารมณ์และการปรับตัว เป็นต้น

ภัทรา นิคมานนท์ (2534 : 23) ได้กล่าวไว้ว่า แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน หมายถึง แบบทดสอบที่ใช้วัดปริมาณความรู้ ความสามารถ ทักษะเกี่ยวกับด้านวิชาการที่เด็กได้ เรียนรู้มาในอดีต ว่ารับรู้ได้มากน้อยเพียงใด โดยทั่วไปแล้วมักใช้หลังจากทำกิจกรรมเรียบร้อยแล้ว เพื่อประเมินการเรียนการสอนว่าได้ผลเพียงใด

ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ (2538 : 218) และพวงรัตน์ ทวีรัตน์ (2543 : 96) ได้กล่าวถึง แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในทำนองเดียวกันว่าหมายถึง แบบทดสอบที่วัดความรู้ของนักเรียนที่ได้เรียนไปแล้ว ซึ่งมักจะเป็นข้อคำถามให้นักเรียนตอบด้วยกระดาษและดินสอกับให้นักเรียนปฏิบัติจริง

สรุปได้ว่า แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน หมายถึง แบบทดสอบที่วัดความรู้ ความสามารถ ทักษะ ในด้านวิชาการและเนื้อหาต่างๆในแต่ละวิชา

5. หลักเกณฑ์ในการสร้างแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ในการสร้างแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เขาวดี วิบูลย์ศรี (2528: 82) และ วัลญา วิศาลาภรณ์ (2522 : 11) กล่าวถึงหลักเกณฑ์ไว้สอดคล้องกัน ดังนี้

- 1) เนื้อหาหรือทักษะที่ครอบคลุมในแบบทดสอบนั้น จะต้องเป็นพฤติกรรมที่สามารถวัดผลสัมฤทธิ์ได้
- 2) ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่ใช้แบบทดสอบวัดนั้น ถ้านำไปเปรียบเทียบกัน จะต้องให้ทุกคนมีโอกาสเรียนรู้ในสิ่งต่าง ๆ เหล่านั้นได้ครอบคลุมและเท่าเทียมกัน
- 3) วัดให้ตรงกับจุดประสงค์ การสร้างแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ควรจะวัดตามวัตถุประสงค์ทุกอย่างของการสอน และจะต้องมั่นใจ ว่าได้วัดสิ่งที่ต้องการจะวัดได้จริง
- 4) การวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเป็นการวัดความเจริญงอกงามของนักเรียน การเปลี่ยนแปลงและความก้าวหน้าไปสู่วัตถุประสงค์ที่วางไว้ ดังนั้น ครูควรจะทราบมาก่อนเรียน นักเรียนมีความรู้ความสามารถอย่างไร เมื่อเรียนเสร็จแล้วมีความรู้แตกต่างจากเดิมหรือไม่ โดยการทดสอบก่อนเรียนและทดสอบหลังเรียน
- 5) การวัดผลเป็นการวัดผลทางอ้อม เป็นการยากที่จะใช้ข้อสอบแบบเขียนตอบ วัดพฤติกรรมตรง ๆ ของบุคคลได้ สิ่งที่วัดได้ คือ การตอบสนองต่อข้อสอบ ดังนั้น การเปลี่ยนวัตถุประสงค์ให้เป็นพฤติกรรมที่จะสอบ จะต้องทำอย่างรอบคอบและถูกต้อง
- 6) การวัดการเรียนรู้ เป็นการยากที่จะวัดทุกสิ่งทุกอย่างที่สอนได้ภายในเวลาจำกัดสิ่งที่วัดได้เป็นเพียงตัวแทนของพฤติกรรมทั้งหมดเท่านั้น ดังนั้น ต้องมั่นใจว่าสิ่งที่วัดนั้นเป็นตัวแทนแท้จริงได้
- 7) การวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเป็นเครื่องช่วยพัฒนาการสอนของครู และเป็นเครื่องช่วยในการเรียนของเด็ก
- 8) ในการศึกษาที่สมบูรณ์นั้นสิ่งสำคัญไม่ได้อยู่ที่การทดสอบแต่เพียงอย่างเดียว การทบทวนการสอนของครูก็เป็นสิ่งสำคัญยิ่ง
- 9) การวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนควรจะเน้นในการวัดความสามารถในการใช้ความรู้ให้เป็นประโยชน์ หรือการนำความรู้ไปใช้ในสถานการณ์ใหม่ๆ
- 10) ควรใช้คำถามให้สอดคล้องกับเนื้อหาวิชาและวัตถุประสงค์ที่วัด
- 11) ให้ข้อสอบมีความเหมาะสมกับนักเรียนในด้านต่าง ๆ เช่น ความยากง่ายพอเหมาะ มีเวลาพอสำหรับนักเรียนในการทำข้อสอบ

สรุปได้ว่า ในการที่จะสร้างแบบทดสอบที่ดีและมีคุณภาพนั้นวิธีการสร้างแบบทดสอบที่เป็นคำถามต้องสอดคล้องกับเนื้อหาและวัตถุประสงค์เพื่อวัดเนื้อหาและพฤติกรรมที่สอนไปแล้ว

ต้องตั้งคำถามที่สามารถวัดพฤติกรรมการเรียนการสอนได้อย่างครอบคลุมและตรงตามจุดประสงค์การเรียนรู้

6. ชนิดของแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

นักการศึกษาหลายท่านได้แบ่งชนิดของแบบทดสอบไว้ดังนี้

ชวาล แพร์ตกุล (2516: 112 - 115) แบ่งแบบทดสอบออกเป็น 2 ชนิดใหญ่ ๆ คือ

1. แบบทดสอบมาตรฐาน (Standardized Test) แบบทดสอบมาตรฐานเป็นตัวอย่างของการกระทำหรือความรู้ของบุคคลแต่ละคนของกลุ่มใดกลุ่มหนึ่ง ซึ่งรับมาภายใต้สภาพการณ์ที่กำหนด การให้คะแนนเป็นไปตามกฎเกณฑ์และการตีความหมายก็เป็นไปตามตารางเกณฑ์ปกติ (Norm) แบบทดสอบมาตรฐานผู้สอนใช้วัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของผู้เรียนเป็นรายบุคคลหรือรายห้องได้อย่างมั่นใจและประหยัดถูกต้องตามหลักวิชามากกว่าการวัดด้วยวิธีอื่นๆ ใช้สำหรับวัดพิสัยความรู้ของผู้เรียนของแต่ละชั้นและแต่ละกลุ่มว่ามีระดับความรู้ทัดเทียมกันหรือแตกต่างกัน เพื่อจะได้ปรับปรุงการสอนให้เหมาะสมกับสภาพการณ์นั้น ๆ ได้ ใช้แยกประเภทผู้เรียนออกเป็นกลุ่มย่อย ๆ ตามความสามารถของเขาเพื่อจะได้เรียนอย่างมีความสุขหรือใช้ในการวินิจฉัยสมรรถภาพว่าแต่ละคนเก่ง - อ่อน ในวิชาใดบ้าง มากน้อยเพียงใดและเพราะสาเหตุใดใช้เปรียบเทียบความงอกงามของผู้เรียนแต่ละคนแต่ละห้องว่า มีพัฒนาการขึ้นจากเดิมในช่วงระยะเวลาหนึ่ง ๆ มากน้อยเพียงใด ใช้ตรวจประสิทธิภาพของการเรียน ใช้พยากรณ์ความสำเร็จในการศึกษาว่ามีโอกาสจะประสบความสำเร็จในทางใดระดับใด ใช้ในการแนะแนวโดยพิจารณาผลสอบจากแบบทดสอบมาตรฐานหลายฉบับว่า เขามีสมรรถภาพทางสมองหรือหัว ไน้มเอียงหรือมีความถนัดในด้านใด เพื่อจะได้แนะแนวอาชีพที่เหมาะสม ใช้ในการประเมินการศึกษา ใช้ในการวิจัยในฐานะที่เป็นแบบทดสอบมาตรฐานมีประสิทธิภาพในการวัดสูงมาก การสำรวจค้นคว้าและการวิจัยต่าง ๆ จึงต้องอาศัยแบบทดสอบชนิดนี้เป็นเครื่องมือสำคัญ สำหรับการเก็บข้อมูลในการทดลอง และเปรียบเทียบความสามารถ

2. แบบทดสอบที่ผู้สอนสร้างขึ้นเอง (Teacher - Made Test) เป็นแบบทดสอบผลสัมฤทธิ์ ในวิชาต่างๆ เช่น คณิตศาสตร์ วิทยาศาสตร์ หรือภาษา เป็นต้น โดยแบ่งได้เป็น 2 แบบ คือ แบบให้ตอบเสรีและแบบจำกัดคำตอบ ซึ่งคุณประโยชน์ของแบบทดสอบชนิดนี้อยู่ที่ สามารถพลิกแพลงให้เหมาะสมกับสภาพและเหตุการณ์ได้

อำนาจ เลิศขยันดี (2533 : 88 - 91) ได้แบ่งแบบทดสอบออกเป็น 18 ชนิด ดังนี้

1. แบบทดสอบแบบเลือกตอบ (Multiple Choice Test) แบบทดสอบชนิดนี้ประกอบด้วย คำถาม 1 คำถาม มีตัวเลือก 4 - 5 ตัวเลือก ถ้าเป็นระดับประถมศึกษาควรมี 4 ตัวเลือกระดับ ป. 1 ควรสร้างให้มี 3 ตัวเลือก และควรมีรูปภาพประกอบมากๆ สำหรับระดับมัธยมศึกษา จึงควรมี 5 ตัวเลือก

2. แบบทดสอบแบบถูก – ผิด (True – False Test) แบบทดสอบชนิดนี้จัดว่าเป็นแบบเลือกตอบอีกอย่างหนึ่ง แต่คำตอบจะมีเพียงถูกหรือผิดหรือมีสองตัวเลือกเท่านั้น

3. แบบทดสอบแบบจับคู่ (Matching Test) ลักษณะของแบบทดสอบจัดว่าเป็นแบบเลือกตอบอีกชนิดหนึ่ง แต่มีตัวเลือกจำนวนคงที่และภายหลังการคัดเลือกตัวเลือกที่ถูกไปแล้วจำนวนตัวเลือกนี้จะลดน้อยลงไปเรื่อยๆ

4. แบบทดสอบแบบให้เขียนตอบ (Free Response Test) แบบทดสอบชนิดนี้มีหลายลักษณะ เช่น ให้เป็นแบบเติมคำ หรือเติมข้อความสั้นๆ หรือให้เขียนบรรยายแสดงความคิดเห็น

5. แบบทดสอบที่ใช้ความเร็วในการคิด (Speed Test) ลักษณะของแบบทดสอบความเร็วจะประกอบด้วยข้อคำถามง่าย ๆ แต่มีข้อคำถามจำนวนมากๆ ให้ความเวลาในการทำข้อสอบน้อยมาก คะแนนที่ได้จะเป็นตัวเลข ที่ชี้ให้เห็นถึงความเร็วในการคิดและการทำข้อสอบ

6. แบบทดสอบแบบไม่จำกัดเวลา (Power Test) แบบทดสอบชนิดนี้ประกอบด้วย ข้อคำถามที่ค่อนข้างยาก ต้องใช้เวลาในการคิดเพื่อทำข้อสอบเป็นเวลานาน ดังนั้น จะไม่จำกัดเวลาในการทำข้อสอบ ให้ผู้สอบใช้เวลาคิดจนกว่าจะสำเร็จ

7. แบบทดสอบที่วัดความสามารถขั้นสูงสุด (Maximum Performance) แบบทดสอบลักษณะนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อวัดความสามารถขั้นสูงสุดของผู้สอบ ผู้สอบต้องพยายามคิดทำข้อสอบให้ได้คะแนนมากที่สุด คะแนนจะเป็นตัวชี้ถึงความสามารถขั้นสูงสุด เช่น การสอบวัดทางด้านสติปัญญา หรือการวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เป็นต้น

8. แบบทดสอบที่วัดคุณลักษณะเฉพาะอย่าง (Typical Performance Test) แบบทดสอบลักษณะนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อวัดความสามารถบางอย่าง บางประการ หรือคุณลักษณะที่ต้องการวัดเพียงบาง ลักษณะเท่านั้น เช่น แบบทดสอบวัดความสนใจในวิชาชีพ หรือแบบวัดบุคลิกภาพ

9. แบบทดสอบแบบปรนัย (Objective Tests) แบบทดสอบแบบปรนัยเป็นแบบทดสอบที่ประกอบด้วยคุณลักษณะ 3 ประการ คือ

ก. คำถามที่ใช้ถาม เป็นคำถามที่ชัดเจน ถามตรงจุด อ่านแล้วรู้ว่ากำลังถามอะไร

ข. เกณฑ์การตรวจให้คะแนน ได้กำหนดไว้ชัดเจน ใคร ๆ ตรวจก็ได้คะแนนตรงกันเท่ากัน

ค. การแปลผล ทุกคนที่แปลผลย่อมแปลได้ตรงกัน เช่น ใครทำข้อสอบได้ คือ คนเก่ง ใครทำข้อสอบไม่ได้ คือ คนเรียนอ่อน

10. แบบทดสอบแบบอัตนัย (Subjective Test) แบบทดสอบแบบอัตนัยเน้นที่คนออกข้อสอบ เป็นคนตรวจและให้คะแนน การให้คนตรวจก็ย่อมมีข้อยุ่งยากหลาย ๆ ประการเกี่ยวกับอคติหรือกิเลสที่มีอยู่ในตัวคนแต่ละคน

11. การทดสอบที่ใช้การเขียน – ตอบ (Paper – Pencil Test) การทดสอบลักษณะนี้ อาจใช้เป็นแบบลักษณะของแบบทดสอบในข้อ 1 ข้อ 2 ข้อ 3 หรือข้อ 4 ดังที่กล่าวมา เรียกว่าแบบทดสอบที่เป็นการทดสอบที่ ใช้เขียนตอบ

12. การทดสอบที่ไม่ใช้การเขียน (Performance Test) การทดสอบลักษณะนี้ไม่ใช้การเขียนตอบ แต่เป็นแบบสังเกตพฤติกรรมจากการกระทำโดยตรง เช่น การทดสอบทางพลศึกษา การทดสอบด้านการปฏิบัติในวิชาช่างประเภทต่างๆ เป็นต้น

13. การทดสอบที่ใช้นักเรียนเป็นกลุ่ม (Group Tests) การทดสอบที่ใช้ลักษณะนักเรียนทดสอบเป็นกลุ่ม ส่วนมากมักใช้ Paper – Pencil Test เพราะสามารถสอบนักเรียนได้พร้อมๆกัน ถึงแม้ว่านักเรียนจะมีจำนวนมาก

14. แบบทดสอบที่ต้องสอบครั้งละ 1 คน (Individual Tests) การทดสอบที่สอบกับนักเรียนเพียง 1 คน มักเป็นแบบทดสอบที่มีจุดมุ่งหมายเพื่อตรวจสอบข้อบกพร่องทางการเรียน หรือเป็นการสอบเพื่อดูความพร้อมทางการเรียน ความพร้อมด้านการฟัง ความพร้อมด้านการอ่านและโดยเฉพาะการสอบด้านการปฏิบัติงาน ฯลฯ ซึ่งต้องดูพฤติกรรม อากัปกริยาของผู้เข้าสอบ ด้วยการสอบเป็น กลุ่มทำให้ไม่สามารถสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนได้โดยตรง

15. แบบทดสอบที่ใช้ภาษา (Language Test) แบบทดสอบที่ใช้ภาษาจะเน้นที่การใช้ภาษาเป็นการสื่อความหมาย เหมาะสำหรับนักเรียนที่สามารถอ่านหนังสือได้เร็ว แบบทดสอบที่ใช้ภาษาจึงเหมาะสำหรับนักเรียนที่อ่านคล่อง เช่น ระดับชั้น ป. 4 ป. 5 ป. 6 และระดับชั้นมัธยมศึกษาขึ้นไป

16. แบบทดสอบที่ไม่ใช้ภาษา (Non – Language Test) แบบทดสอบชุดนี้จะเหมาะกับเด็กเล็กๆ และเหมาะกับเด็กที่ไม่สามารถสื่อความหมายด้วยการพูดหรือเขียนได้

17. แบบทดสอบที่ต้องการเฉพาะกระบวนการคิดตอบ (Process Test) แบบทดสอบลักษณะนี้ ผู้สอบไม่สนใจว่าใครคิดได้หรือไม่ได้ แต่มีความสนใจที่ผู้เข้าสอบคิดอย่างไร

18. แบบทดสอบแบบการสร้างจินตภาพ (Projective Test) ลักษณะแบบทดสอบจะเป็นการสร้างจินตภาพที่เน้นให้ผู้เข้าสอบแสดงความรู้ ความคิดต่อสิ่งเร้าต่าง ๆ (Stimuli) ที่ตนได้พบเห็น ผู้เข้าสอบจะแสดงอาการตอบสนองออกมาเป็นความรู้สึกนึกคิด ทศนคติต่างๆต่อสิ่งเร้า ที่ปรากฏอยู่ ตัวแบบทดสอบที่ใช้เป็นสิ่งเร้า จะมีลักษณะที่ไม่ชัดเจน เพราะต้องการให้แบบทดสอบเป็นตัวการที่จะทำให้ผู้สอบแสดงพฤติกรรมหรือความรู้สึกในการตอบสนองออกมาเท่านั้น เมื่อไรก็ตามที่ตัวแบบทดสอบมีความชัดเจน ไม่ถือว่าเป็นการสอบเพื่อวัดการสร้างจินตภาพ การสอบลักษณะนี้จึงเหมาะกับบุคคลที่มีจิตไม่สมประกอบ คนเหล่านี้เมื่อพบเห็นภาพสลับๆไม่ชัดเจน ก็จะระบายความรู้สึกนึกคิดที่เป็นปัญหาออกมา ผู้วัดผลก็จะแปลพฤติกรรมที่แสดงออกมานั้นให้เขารู้ว่าเป็นคนอย่างไร มีปัญหาหรือไม่ เห็นได้ว่าชนิดของแบบทดสอบมีหลายชนิดด้วยกัน ไม่ว่าจะเป็น

แบบทดสอบแบบปรนัย อัตนัย แบบเลือกตอบแบบจำกัดเวลา ที่ผู้สอนสร้างขึ้นเอง หรือแบบทดสอบมาตรฐาน อย่างไรก็ตามการสร้างแบบทดสอบชนิดต่าง ๆ นั้น ผู้สร้างจะต้องสร้างให้เหมาะสมกับเนื้อหาและ สอดคล้องกับจุดประสงค์ที่กำหนดไว้ และเลือกใช้ให้เหมาะสมกับผู้สอบด้วย

7. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษา

7.1 ความหมายของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษา

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษา (Learning Achievement in Physical Education) คือ พัฒนาการที่เกิดขึ้นในตัวนักเรียนตามหลักการและการบวนการของพลศึกษาตามสาระมาตรฐาน หรือจุดประสงค์ของการเรียนรู้ที่ได้ตั้งไว้ (วรศักดิ์ เพียรชอบ, 2548)

7.2 องค์ประกอบของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษา

1) ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษาด้านความรู้ความเข้าใจในเรื่องต่าง ๆ เกี่ยวกับพลศึกษา การออกกำลังกายและการเล่นกีฬา

ในทางพลศึกษาการเรียนรู้ทางด้านสมรรถภาพทางกาย ด้านทักษะทางการกีฬา ด้านคุณธรรม ด้านเจตคติ และด้านความรู้ความเข้าใจนั้น จะเกิดขึ้นได้ก็ต่อเมื่อผู้เรียนได้ลงมือปฏิบัติจริงในกิจกรรมต่างๆด้วยตนเองเท่านั้นดังนั้นกระบวนการเรียนการสอนได้จัดให้นักเรียนได้เรียนรู้ด้วยการปฏิบัติจริงด้วยตนเองจึงเป็นการเรียนรู้ที่นอกจากจะทำให้ผู้เรียนมีการเรียนรู้ทั้งในด้านสมรรถภาพทางกาย ด้านทักษะกีฬา ด้านคุณธรรม และด้านเจตคติแล้ว ยังช่วยให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจในสิ่งที่ได้เรียนเหล่านั้นได้ดียิ่งขึ้นอีกด้วย เพราะเมื่อนักเรียนได้เรียนรู้แล้วนักเรียนได้นำสิ่งที่เรียนรู้นั้นไปปฏิบัติจริงและทำให้ได้รู้สิ่งที่รู้นั้นมีความหมายและเป็นจริงตามที่ได้รู้มา

2) ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านทักษะการเคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกายและทักษะในการเล่นกีฬา

การมีส่วนร่วมและการได้ลงมือเล่นหรือปฏิบัติจริงในกิจกรรมพลศึกษาต่างๆ เช่น กิจกรรมการเคลื่อนไหวส่วนต่างๆของร่างกายและกิจกรรมการกีฬาต่างๆจะช่วยทำให้นักเรียนได้มีพัฒนาการในด้านการทำงานประสานกันระหว่างระบบประสาทและระบบกล้ามเนื้อส่วนต่างๆของร่างกายทำงานประสานกันได้ดียิ่งขึ้น เช่น ทำให้ส่วนต่างๆ ของร่างกายมีความเคลื่อนไหวได้ดีขึ้น และได้ผลมากขึ้น

ทักษะที่แสดงถึงความสามารถในการทำงานประสานกันระหว่างระบบประสาทและระบบกล้ามเนื้อของส่วนต่างๆของร่างกายนี้ สามารถแบ่งได้เป็นสองระดับคือ ระดับต้น หรือทักษะการเคลื่อนไหวเบื้องต้นของส่วนต่างๆของร่างกาย ซึ่งประกอบด้วย

(1) ทักษะการเคลื่อนไหวเบื้องต้นที่ส่วนต่างๆของร่างกายมีการเคลื่อนไหวโดยไม่ต้องขยับ หรือเคลื่อนที่จากเดิม เช่น การก้มตัว การบิดตัว การหมุนแขน การแกว่งขา

(2) ทักษะการเคลื่อนไหวที่ส่วนต่างๆของร่างกายมีการเคลื่อนไหวแล้วร่างกายมีการเคลื่อนที่จากที่หนึ่งไปยังอีกที่หนึ่งควบคู่กันไปด้วย เช่น การเดินการวิ่ง การกระโดด

(3) ทักษะการเคลื่อนไหวเบื้องต้นที่ส่วนต่างๆ ของร่างกายมีการเคลื่อนไหวประกอบการใช้อุปกรณ์หรือวัสดุอื่นๆด้วย เช่น การขว้างลูกบอล การปาลูกบอล การกระโดดข้ามรั้ว การกระโดดสูง เป็นต้น

ทักษะระดับที่สองเป็นทักษะการเล่นกีฬาที่สามารถนำไปใช้เล่นกีฬาต่างๆไม่ว่าจะเป็น กีฬาเพื่อสุขภาพ กีฬาเพื่อมิตรภาพ กีฬาเพื่อความสนุกสนาน ทักษะการเล่นกีฬานี้เป็นส่วนสำคัญในการผลักดันให้นักเรียนได้เล่นกีฬา หรือมีส่วนร่วมในกิจกรรมกีฬาอย่างสม่ำเสมอในวัยผู้ใหญ่ต่อไปได้

3) ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านสมรรถภาพทางกาย

วิชาพลศึกษาสามารถช่วยให้นักเรียน ได้มีร่างกายที่แข็งแรงขึ้นมีสมรรถภาพทางกายดีและมีสุขภาพดีนั้นตามหลักการของสรีรวิทยาการกีฬานั้นร่างกายของคนและสัตว์ทุกชนิดต้องการการออกกำลังกายด้วยกันทั้งสิ้นการออกกำลังกายเป็นประจำเป็นสิ่งสำคัญยิ่งในการที่จะช่วยให้บุคคลมีสุขภาพดีมีคุณภาพชีวิตที่สมบูรณ์ มีอายุยืน สามารถประกอบกิจกรรมต่างๆ และสร้างผลผลิตให้แก่ตนเอง สังคมและประเทศชาติได้ดีและมีประสิทธิภาพนั้น

4) ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษาด้านคุณธรรม จริยธรรม

กิจกรรมพลศึกษาที่อยู่ภายใต้การจัดการและการดำเนินการเรียนการสอนของครูที่มีความรู้ความสามารถนั้นจะส่งเสริมและพัฒนาบุคคลให้มีคุณลักษณะต่างๆประจำตัว และในขณะที่เดียวกันก็สามารถปรับตัวให้เข้ากับสมาชิกคนอื่นๆ ในสังคมได้ดีด้วย เช่น ทางด้านคุณลักษณะประจำตัว จะช่วยส่งเสริมให้เป็นผู้มีระเบียบวินัย มีความกล้าแสดงออก มีความเชื่อมั่น ในตนเอง มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ มีความอดทน มีความขยันขันแข็งใจ มีศีลธรรมอื่นๆ สำหรับคุณลักษณะหมู่คณะจะช่วยส่งเสริมให้เป็นผู้ที่มีความเห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกัน มีความสุภาพอ่อนโยน มีความสามัคคีร่วมมือซึ่งกันและกัน มีความซื่อสัตย์สุจริต มีความรักและความจงรักภักดีไว้เนื้อเชื่อใจต่อกัน มีน้ำใจนักกีฬา มีความเคารพสิทธิของผู้อื่น มีความเคารพต่อผู้อื่น มีความเคารพต่อกติกาการเล่น มีความเสียสละประโยชน์ส่วนตัวเพื่อประโยชน์ส่วนรวม มีความเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี เป็นต้น

กระบวนการเรียนการสอนวิชาพลศึกษาสามารถที่จะพัฒนานักเรียนให้เป็นผู้ที่มีคุณลักษณะต่างๆ ประจำตัวอันเนื่องจากการได้รับประสบการณ์ตรงและการได้ปฏิบัติจริงในสิ่งที่ได้เรียนรู้ จึงทำให้การเรียนรู้ที่มีความหมายต่อนักเรียนมากยิ่งขึ้นทำให้นักเรียนสามารถที่จะจดจำสิ่งที่เรียนได้ดีกว่าและมากกว่าการเรียนในห้องเรียนโดยทั่ว ๆ ไปการเรียนรู้พลศึกษาที่นักเรียนมี

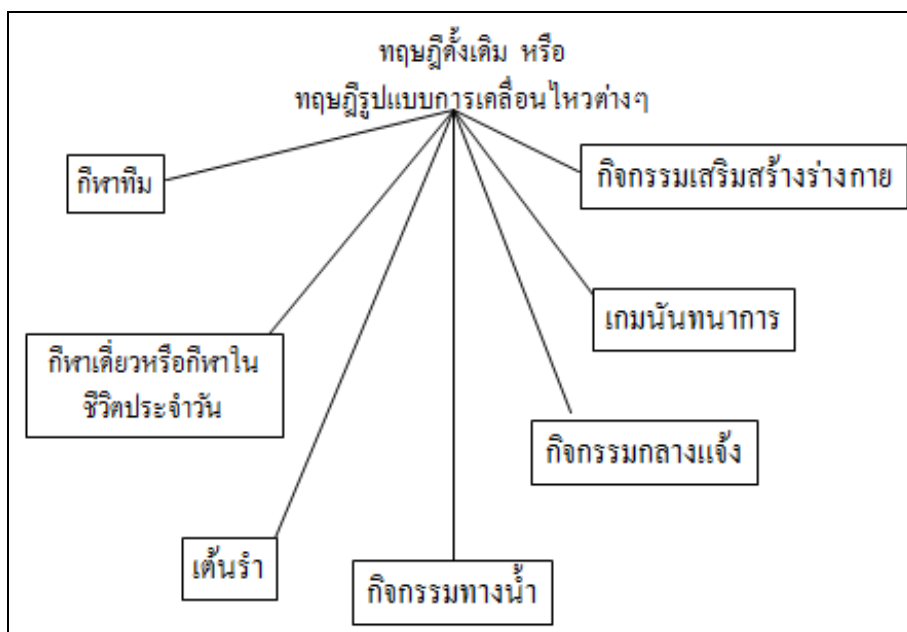
ประสบการณ์ตรงและได้มีโอกาสปฏิบัติจริง จึงเป็นลักษณะพิเศษของการเรียนการสอนวิชาพลศึกษา

5) ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษาด้านเจตคติต่อพลศึกษา การออกกำลังกายและการเล่นกีฬา

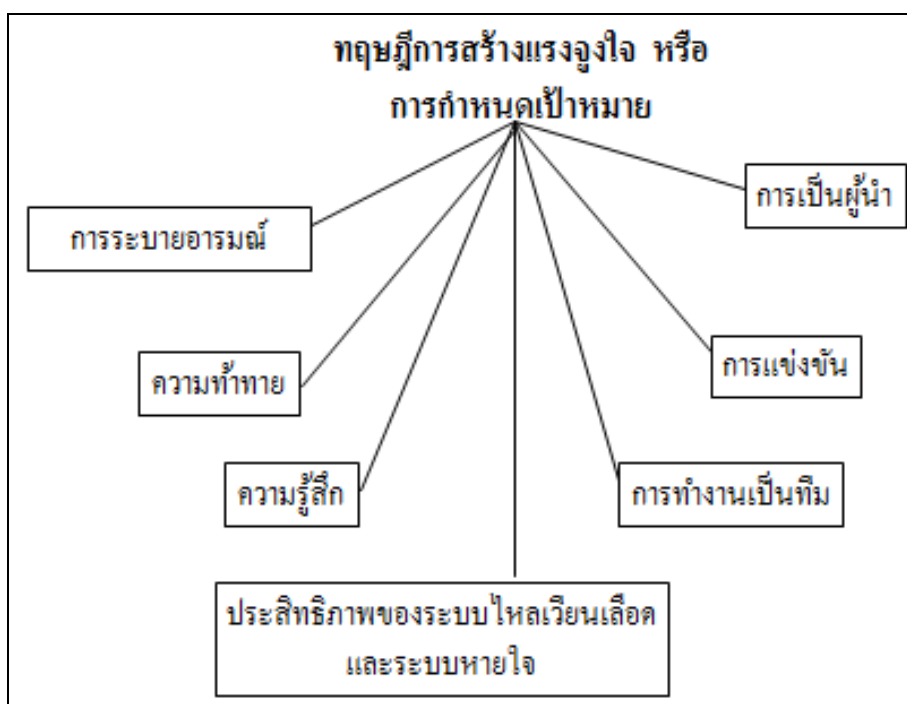
เจตคติเป็นพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับลักษณะ ท่าที ความรู้สึก อารมณ์ และค่านิยมของบุคคลที่แสดงออกมารอบตัวบุคคลจะมีเจตคติต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใดไปในทางใดหรือไม่มากนักเพียงใดจะสามารถทราบได้จากการแสดงออกทางพฤติกรรมของบุคคลนั้นต่อสิ่งนั้นเท่านั้น ดังนั้นการที่บุคคลหนึ่งจะมีเจตคติที่ดีต่อพลศึกษาการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาหรือไม่นั้น จะสามารถทราบได้ก็ต่อเมื่อบุคคลนั้นได้แสดงพฤติกรรมของเขาที่มีต่อพลศึกษา การออกกำลังกายและการเล่นกีฬาออกมาในลักษณะนั้นเท่านั้น

นักการศึกษาด้านพลศึกษาและการกีฬาได้กล่าวถึงแรงจูงใจกับพลศึกษาไว้ดังต่อไปนี้

Siedentop (2004) ทฤษฎีดั้งเดิม หรือทฤษฎีรูปแบบการเคลื่อนไหวต่าง ๆ (Traditional theory, Activity - Centered theory or Movement Forms theory) ได้แบ่งกิจกรรมการเคลื่อนไหวไว้ 7 ลักษณะอย่างสมดุล รวมทั้งยังคำนึงถึงองค์ประกอบพื้นฐานที่สามารถนำไปปฏิบัติได้จริง เช่น ความสนใจของนักเรียน ความสนใจของครู สิ่งอำนวยความสะดวก อุปกรณ์และบรรยากาศการเรียน และในการแบ่งกลุ่มนักเรียนนั้นเป็นการแบ่งตามระดับชั้นมากกว่าแบ่งตามระดับความสามารถหรือระดับพัฒนาการ ให้นักเรียนได้มีโอกาสเลือกเรียนกิจกรรมพลศึกษาตามชอบ การเลือกเรียนแบบนี้ทำให้ครูและนักเรียนมีระดับความสนใจ ความกระตือรือร้น และแรงจูงใจมากขึ้น เป็นการพัฒนาด้านสังคม อารมณ์ สติปัญญา และร่างกาย ทฤษฎีนี้แนะนำถึงรูปแบบการเคลื่อนไหวเพื่อให้เกิดประโยชน์ภายใน หรือแรงจูงใจภายในและความพึงพอใจกิจกรรมต่างๆ จึงไม่ได้ขึ้นอยู่กับพิจารณาถึงพื้นฐานด้านคุณประโยชน์ภายนอกหรือแรงจูงใจภายนอก



แผนภาพที่ 2.1 ทฤษฎีดั้งเดิม หรือทฤษฎีรูปแบบการเคลื่อนไหวต่าง ๆ
ที่มา: Jewett and Mullan (1977)



แผนภาพที่ 2.2 ทฤษฎีการสร้างแรงจูงใจ หรือ การกำหนดเป้าหมาย
ที่มา: Jewett and Mullan (1977)

7.3 การวัดเพื่อการประเมินผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษา

การวัดเพื่อการประเมินผลทางการเรียนพลศึกษา (Measurement for Evaluation in Physical Education) คือ การหาปริมาณของพัฒนาการที่เกิดขึ้นในตัวนักเรียนตามหลักการและกระบวนการของการเรียนการสอนวิชาพลศึกษาตามสาระ มาตรฐาน หรือจุดประสงค์ของการเรียนรู้ที่ได้ตั้งไว้ แล้วก็นำผลของพัฒนาการที่วัดได้ มาประเมินด้วยการพิจารณาเปรียบเทียบกับมาตรฐานหรือคุณภาพอย่างอื่นที่มีอยู่แล้ว เพื่อดูว่าผลของพัฒนาการที่เกิดขึ้นจากกระบวนการเรียนการสอนนั้นดีหรือไม่ ควรจะมีการปรับปรุงแก้ไขหรือไม่อย่างไร การวัดเพื่อการประเมินผลทางการศึกษา ส่วนมากมักจะกระทำเพื่อให้คะแนนนักเรียน หลังจากได้เรียนจบวิชาแต่ละวิชาในภาคการศึกษาหนึ่งๆ หรือจบการเรียนเรียบร้อยแล้ว

7.4 ความมุ่งหมายของการวัดเพื่อการประเมินผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษา

การวัดผลทางการพลศึกษาอาจจะเป็นการวัดเพื่อการประเมินผลในหลายๆประการ แต่ส่วนใหญ่จะวัดเพื่อความมุ่งหมายสำคัญในด้านต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

- 1) เพื่อเป็นการกระตุ้นให้ผู้เรียน ได้มีความสนใจ มีความพยายามที่จะศึกษาค้นคว้า ทำแบบฝึกหัด หรือฝึกฝนตนเองให้มีความรู้ ความเข้าใจและเกิดความชำนาญมากยิ่งขึ้น
- 2) เพื่อให้ผู้สอนได้ทราบความก้าวหน้าของนักเรียนและตัวผู้เรียนเองก็ได้ทราบความก้าวหน้าของตนเองไปพร้อมๆกัน
- 3) เพื่อให้ทราบถึงสถานการณ์ของการเรียนการสอน คือ ผู้สอนจะได้รู้ว่าการจัดการเรียนการสอนของตนเองเป็นอย่างไรและผู้เรียนเองก็จะได้ปรับปรุงวิธีการเรียนของตนเองไปพร้อมๆกัน
- 4) เพื่อนำผลจากการวัดมาใช้เป็นแนวทางในการจำแนกกลุ่มนักเรียน เพื่อประโยชน์ในการจัดชั้นเรียนหรือจัดกลุ่มตามระดับความสามารถ
- 5) เพื่อนำผลมาใช้เป็นแนวทางในการสร้างมาตรฐาน สำหรับใช้เป็นเกณฑ์สำหรับเปรียบเทียบกับผลของการเรียนการสอนของนักเรียนในโอกาสต่อไป
- 6) เพื่อใช้เป็นเกณฑ์การให้คะแนนผู้เรียนหลังจากการเรียนจบวิชาในภาคหนึ่งๆ แล้ว เพื่อผู้สอน ผู้เรียนหรือผู้เกี่ยวข้องจะได้ทราบว่า เมื่อเรียนจบในวิชาหรือสำเร็จตามหลักสูตรนั้นๆแล้ว ผู้เรียนได้มีการพัฒนาตามที่ได้ตั้งจุดมุ่งหมายไว้หรือไม่เพียงใด

7.5 หลักการวัดเพื่อการประเมินผลทางการพลศึกษา

หลักการวัดเพื่อการประเมินผลทางการพลศึกษาเหมือนกับการวัดประเมินผลในสาขาวิชาอื่นๆ คือ จะวัดตามวัตถุประสงค์การเรียนรู้ หรือสาระ และมาตรฐานการเรียนรู้ ที่ได้กำหนดไว้ในหลักสูตรของแต่ละระดับชั้น หรืออาจจะกล่าวได้ว่า หลักสูตรได้กำหนดสาระและ

มาตรฐานการเรียนรู้ไว้อย่างไร ผู้สอนก็ต้องตั้งจุดประสงค์การเรียนรู้ให้เป็นไปตามสาระและมาตรฐานการเรียนรู้ที่กำหนดไว้ด้วย เมื่อครูได้มีการตั้งจุดประสงค์การเรียนรู้เพื่อดำเนินการสอนแล้ว ผู้สอนก็ต้องวัดเพื่อประเมินผลตามจุดประสงค์การเรียนรู้ที่ได้สอนไปแล้วนั้น ให้ครบถ้วนทุกๆด้านตามที่วางไว้ด้วย จึงจะสามารถทราบได้ว่าการสอนของตนเองนั้นได้บรรลุผล ตามจุดประสงค์การเรียนรู้ที่ได้วางไว้มากน้อยแค่ไหนหรือควรจะมีการปรับปรุงแก้ไขให้ดีขึ้นได้อย่างไร

ตามหลักการของการเรียนการสอนวิชาพลศึกษานั้น วิชาพลศึกษาเป็นวิชาที่ให้นักเรียนได้มีการเรียนรู้หรือได้มีพัฒนาการด้วยการกระทำหรือด้วยการลงมือปฏิบัติจริงด้วยตนเอง และเมื่อนักเรียนได้ลงมือปฏิบัติจริงด้วยตนเองแล้ว นักเรียนก็จะเกิดพัฒนาการหรือเกิดการเรียนรู้ในด้านต่างๆขึ้นมาพร้อมๆกัน คือ

- 1) พัฒนาการทางด้านร่างกาย เมื่อนักเรียนได้เล่นกีฬา ก็จะทำให้ให้นักเรียนได้ออกกำลังกายแล้วก็ทำให้นักเรียนเป็นผู้ที่มีร่างกายแข็งแรงมากยิ่งขึ้น
- 2) พัฒนาการทางด้านทักษะกีฬา เมื่อนักเรียนได้เล่นกีฬา ก็จะทำให้ให้นักเรียนได้เคลื่อนไหวส่วนต่างๆของร่างกายแล้วก็ทำให้นักเรียนได้มีทักษะการเคลื่อนไหวส่วนต่างๆของร่างกายหรือมีทักษะทางการกีฬาดีขึ้น
- 3) พัฒนาการทางด้านความรู้ เมื่อนักเรียนได้เล่นกีฬาและปฏิบัติตามกฎและระเบียบการเล่นกีฬา ก็จะทำให้ให้นักเรียนได้มีความเข้าใจในวิธีการเล่นและรวมถึงระเบียบ กฎ กติกาการเล่นกีฬาดีขึ้น
- 4) พัฒนาการทางด้านคุณธรรม จริยธรรม เมื่อนักเรียนได้เล่นกีฬาและได้ปฏิบัติตามกฎกติกาการเล่นกีฬาเป็นประจำ ก็จะทำให้ให้นักเรียนเห็นความสำคัญของการมีระเบียบวินัย มีน้ำใจนักกีฬาและพยายามที่จะเป็นผู้ที่มีระเบียบวินัยและมีน้ำใจนักกีฬามากขึ้น
- 5) พัฒนาการทางด้านเจตคติ เมื่อนักเรียนได้เล่นกีฬาด้วยความสนุกสนาน ก็จะทำให้ให้นักเรียนได้รับรสชาติของคุณค่าของการเล่นกีฬาด้วยตนเองอย่างแท้จริง ก็จะทำให้ให้นักเรียนเกิดความรัก ความชอบ เห็นความสำคัญและเห็นคุณค่าของการเล่นกีฬาและชอบเล่นกีฬาและออกกำลังกายเป็นประจำมากยิ่งขึ้นพัฒนาการในด้านต่างๆเหล่านี้เป็นพัฒนาการที่ได้เกิดขึ้นจากการที่นักเรียนได้ลงมือเล่นกีฬาด้วยตนเอง การเรียนการสอนวิชาพลศึกษาที่คตินั้น จึงเป็นการเรียนที่ให้นักเรียนได้ลงมือปฏิบัติจริงได้เล่นจริงด้วยตนเอง และเมื่อได้ปฏิบัติจริงและได้เล่นจริงแล้ว นักเรียนก็จะเกิดการเรียนรู้ด้านต่าง ๆ ขึ้น

7.6 วิธีการวัดเพื่อประเมินผลทางพลศึกษา

7.6.1 วิธีการวัดด้านสมรรถภาพทางกาย (Physical Fitness)

ปัจจัยที่เป็นองค์ประกอบของสมรรถภาพทางกายที่สำคัญๆ นั้นมีอยู่หลายด้าน และแบบหรือวิธีการวัดแต่ละปัจจัยก็อาจมีหลายแบบหรือหลายวิธีด้วยกันสามารถสรุปได้ดังนี้

สมรรถภาพทางกาย (Physical Fitness) หมายถึง ความสามารถของร่างกายในการที่จะเคลื่อนไหวเพื่อประกอบกิจการงานต่างๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพเป็นระยะเวลายาวนาน ได้ผลงานมากแต่เหนื่อยน้อย และในขณะที่เดียวกันก็มีกำลังสำรองเหลือไว้ใช้ในยามฉุกเฉินเพื่อนันทนาการของตนเองได้ สามารถแบ่งองค์ประกอบของสมรรถภาพทางกาย ได้ดังนี้

1) ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ (Muscular Strength) คือ ความสามารถของกล้ามเนื้อ หรือกลุ่มกล้ามเนื้อในการที่จะหดตัวทำงานในระยะเวลาใดเวลาหนึ่งได้สูงที่สุด เช่น การยกน้ำหนัก การดันพื้น การดึงข้อ เป็นต้น ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อเป็นปัจจัยที่มีความจำเป็นและสำคัญต่อร่างกาย วิธีการวัด ได้แก่ 1. การดึงข้อ 2. การลุกนั่ง 3. การแบกคู๋ 4. การบีบไดนาโมมิเตอร์ 5. การดึงไดนาโมมิเตอร์ด้วยท่าเข่างอ 6. การดึงไดนาโมมิเตอร์ทำยื่นหลังงอ เป็นต้น

2) พลังของกล้ามเนื้อ (Muscular Power) คือ ความสามารถของกล้ามเนื้อในการหดตัวเพื่อคิดตัวอย่างเร็วและแรงในจังหวะเดียว ให้ได้ผลงานมากที่สุด เช่น การยืนอยู่กับที่ กระโดดไกล การทุ่มน้ำหนัก เป็นต้น การวัดพลังด้วยการหดตัวเพื่อการคิดตัวอย่างเร็วและแรงของกล้ามเนื้อ อาจวัดพลังของกล้ามเนื้อด้วยวิธีต่างๆ ได้แก่ 1. การยืนอยู่กับที่กระโดดไกล 2. การกระโดดแตะฝาผนัง เป็นต้น

3) ความทนทานของกล้ามเนื้อ (Muscular Endurance) คือ ความสามารถของกล้ามเนื้อหรือกลุ่มของกล้ามเนื้อในการทำงานซ้ำๆ กัน หลายๆ ครั้งติดต่อกันได้เป็นระยะเวลานาน เช่น การดึงข้อซ้ำๆ กัน หลายๆ ครั้งติดต่อกัน การทำลุก-นั่ง ซ้ำๆ กัน หลายๆ ครั้งติดต่อกัน อาจวัดความทนทานของกล้ามเนื้อด้วยวิธีต่างๆ ได้แก่ 1. การทำลุก-นั่ง (Sit-Ups) 2. การดึงข้อ (Pull-Ups) ฯลฯ

4) ความคล่องแคล่วว่องไว (Agility) ความคล่องตัว คือ ความสามารถของร่างกายในการเปลี่ยนตำแหน่งหรือเปลี่ยนทิศทางต่างๆ ของร่างกาย หรือส่วนหนึ่งส่วนใดของร่างกายด้วยความเร็ว เช่น การนั่งลง สลับกับการยืนขึ้น การวิ่งเก็บของ เป็นต้น อาจวัดความคล่องแคล่วว่องไวด้วยวิธีต่างๆ ได้แก่ 1. การนั่งสลับกับการยืน (Squat Thrust) 2. การวิ่งเก็บของ (Shuttle Run) ฯลฯ

5) ความทนทานของระบบไหลเวียนโลหิตและระบบหายใจ (Cardio-Respiratory Endurance) คือ ความสามารถในการทำงานประสานกันของระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจในการนำอาหารและออกซิเจนไปหล่อเลี้ยงกล้ามเนื้อส่วนต่างๆ ของร่างกาย และ

พร้อมๆกันนั้นก็สามารถนำคาร์บอนไดออกไซด์และของเสียออกจากร่างกายได้สัดส่วนกับการทำงานของกล้ามเนื้อส่วนต่างๆเหล่านั้นได้เป็นอย่างดีทำให้ร่างกายสามารถทำงานได้มากแต่เหนื่อยน้อย การวัดความทนทานของระบบไหลเวียนโลหิตและระบบหายใจสามารถทำได้โดย 1. การวิ่งและเดินระยะทาง 600 เมตร 2. การก้าวเท้าบนม้านั่งแบบฮาเวิร์ด (Harvard Step Test)

6) ความเร็ว (Speed) คือ ความสามารถในการหดของกล้ามเนื้อเพื่อทำงานซ้ำๆ กันได้เป็นจำนวนหลายๆ ครั้งภายในระยะเวลาที่จำกัดหรือความสามารถในการทำงานได้มากที่สุดภายในระยะเวลาที่สั้นที่สุด สามารถวัดความเร็วได้โดยการวิ่งระยะทาง 50 เมตร เป็นต้น

7) ความอ่อนตัว (Flexibility) คือ ความสามารถของข้อต่อหนึ่งข้อต่อใด หรือหลายๆข้อต่อของร่างกายที่สามารถเหยียดตัวทำงานได้มากที่สุดโดยไม่มีอาการเจ็บปวด เช่น ความสามารถที่จะเหยียดตัว เหยียดแขน หรือเหยียดขาได้ เป็นต้น สามารถวัดความอ่อนตัวได้โดยการนั่งโน้มตัวและยื่นแขนแตะปลายเท้า (Sit and Reach Test) และการเอ่นหลัง (Trunk Extension) เป็นต้น

8) การทรงตัว (Balance) คือความสามารถในการรักษาตำแหน่งของร่างกายให้อยู่ในดุลของแรงโน้มถ่วงของโลก ทั้งในขณะที่เคลื่อนที่ในการปฏิบัติกิจกรรมกีฬาต่างๆหรือขณะอยู่กับที่ เช่น การยืนอยู่กับที่ด้วยเท้าเดียวขณะแขนสองข้างเท้าเอว การยืนด้วยศีรษะ การยืนด้วยสองมือ การก้าวเท้าเดินไปข้างหน้าด้วยการให้ปลายเท้าต่อกัน เป็นต้น สามารถวัดได้โดย การยืนขาเดียว (Stork Stand Test) การยืนบนท่อนไม้โดยวางเท้าตามยาวของไม้ (Bass Lengthwise Stick Test) การยืนบนท่อนไม้วางเท้าตามขวาง (Bass Crossedwise Stick Test) การทรงตัวขณะเคลื่อนที่แบบจ่อหันสันและแบส (Johnson Modification of The Bass Test of Dynamic Balance) และเดินบนไม้ทรงตัว (Balance Beam Walk Test)

7.6.2 วิธีการวัดด้านทักษะการเคลื่อนไหวเบื้องต้นและทักษะกีฬา

การวัดทักษะต่างๆ ทุกประเภท คือ ทั้งทักษะการเคลื่อนไหวเบื้องต้น และทักษะในการเล่นกีฬาต่างๆ นั้น ถ้าจะให้ได้ผลถูกต้องอย่างแท้จริงตามที่ต้องการแล้วจะต้องเป็นการวัดด้วยการให้นักเรียนได้แสดงออกทางทักษะหรือความสามารถของทักษะที่ต้องการวัดนั้นให้ปรากฏออกมา แล้วก็ทำการวัดทักษะหรือความสามารถของทักษะที่แสดงออกมานั้น ว่ามีมากน้อยแค่ไหน การแสดงออกนี้อาจจะเป็นการแสดงออกรายบุคคล เป็นคู่หรือเป็นกลุ่ม การวัดทักษะ แบ่งได้เป็น 2 ประเภท คือ

1) การวัดทักษะในการเคลื่อนไหวเบื้องต้น

ทักษะการเคลื่อนไหวเบื้องต้น แบ่งออกเป็น 3 ประเภท ดังนี้

(1) ทักษะการเคลื่อนไหวแบบอยู่กับที่ เป็นการเคลื่อนไหวส่วนต่างๆของร่างกายในขณะที่ร่างกายอยู่กับที่ (Basic Skills in Non-locomotive Movement) เช่น การงอแขน การงอขา การเหวี่ยงแขน การเหวี่ยงขา การก้มหน้า การเงยหน้า การบิดลำตัว โดยในขณะที่มีการเคลื่อนไหวส่วนต่างๆของร่างกายเหล่านี้ ร่างกายจะไม่ขยับหรือเคลื่อนที่จากที่เดิม

(2) ทักษะการเคลื่อนไหวเบื้องต้นแบบเคลื่อนที่ที่ร่างกายเคลื่อนที่ จากที่หนึ่งไปยังอีกที่หนึ่ง (Basic Skills in Locomotive Movement) เช่น การเดิน การวิ่งการกระโดดด้วยเท้าเดียวหรือสองเท้า การเคลื่อนที่จากที่หนึ่งไปยังอีกที่หนึ่ง การเคลื่อนที่นี้อาจจะเป็นการเคลื่อนที่ไปข้างหน้าไปข้างหลัง เคลื่อนที่ไปเป็นเส้นตรง เป็นเส้นโค้ง หรือเป็นวงกลมไปรอบๆหรือจะเป็นการเคลื่อนที่คนเดียว เป็นคู่ หรือเป็นกลุ่มก็ได้

(3) ทักษะการเคลื่อนที่เบื้องต้นแบบที่มีการใช้อุปกรณ์ประกอบการเคลื่อนไหว (Basic Skills in Manipulative Movement) เช่น การขว้างลูกบอล การปาลูกบอล การเตะลูกบอล การส่งลูกบอล การรับลูกบอล การกระโดดเชือก การไต่เชือก

2) การวัดทักษะกีฬา

ตามความมุ่งหมายของวิชาพลศึกษาตามหลักสูตรวิชานี้ เป็นการสอนที่มีจุดมุ่งหมายเพียงเพื่อให้นักเรียนได้เล่นกีฬาเป็น และสามารถนำกิจกรรมกีฬานี้ไปใช้เล่นและออกกำลังกายต่อไปในเวลาว่างได้ตามอัธยาศัยของตนเอง การวัดทักษะกีฬานักเรียนจึงเป็นการวัดเพื่อประเมินว่านักเรียนมีทักษะกีฬาที่สอนไปเพียงพอที่จะนำไปใช้ในเวลาว่างได้ต่อไปหรือไม่ ตัวอย่างการวัดทักษะกีฬาประเภทต่างๆ เช่น

(1) กีฬาบาสเกตบอล ทักษะการส่งลูกสองมือระดับอก ทักษะการส่งลูกบอลกระทบฝ่าผนัง ทักษะการเลี้ยงลูก ทักษะการยิงประตู

(2) กีฬาฟุตบอล ทักษะการเตะลูกบอลกระทบฝ่าผนัง วิธีวัดแบบมิทเชลล์

(3) กีฬาวอลเลย์บอล แบบการวัดของแบร์ดี การวัดลูกเสิร์ฟในกีฬาวอลเลย์บอลแบบบูรณาช

(4) กีฬาซอฟท์บอล ชุดการวัดซอฟท์บอลแบบซิก ทักษะการตีลูกซอฟท์บอล ทักษะการวิ่งระหว่างเบส ทักษะการขว้างลูกซอฟท์บอลไกล

(5) กีฬาแบดมินตัน ทักษะการเสิร์ฟลูกสั้น ทักษะการเสิร์ฟลูกยาว

(6) กีฬาเทนนิส ทักษะการตีลูกกระทบผนังของฮิววิตต์ไคเออร์ การวัดแบบฮิววิตต์

7.6.3 วิธีการวัดด้านความรู้และความเข้าใจทางพลศึกษา

พฤติกรรมด้านความรู้และความเข้าใจทางพลศึกษาของนักเรียนนั้นก็เช่นเดียวกันกับพฤติกรรมทางพลศึกษาด้านอื่นๆ คือ เป็นพฤติกรรมที่เกิดขึ้นจากการที่นักเรียนได้

ลงมือเล่นกีฬาหรือมีส่วนร่วมในการเล่นกีฬาจริงๆ ด้วยตนเอง การอ่าน การเขียน หรือการศึกษา ค้นคว้าอาจเป็นส่วนประกอบในการที่จะช่วยให้พฤติกรรมด้านนี้กว้างขวางยิ่งขึ้น คือ เมื่อนักเรียน ได้ลงมือเล่นกีฬาหรือปฏิบัติจริงด้วยตนเองแล้ว จะทำให้นักเรียน ได้รู้และได้เข้าใจในหลักการ เหตุผล และวิธีการของการเล่นกีฬาที่ง่าย ๆ ที่จำเป็นและสำคัญ รู้และเข้าใจวิธีการเล่นกีฬาด้วยความ ปลอดภัยทั้งสำหรับตนเองและเพื่อนที่ร่วมเล่นกีฬาด้วยกัน ที่ได้เกิดขึ้นจากการมีส่วนร่วมในการ เล่นกีฬานั้นจริงๆ ด้วยตนเอง แบบหรือวิธีที่นำมาใช้ในการวัดความรู้และความเข้าใจทางพลศึกษา นั้น สามารถแบ่งออกได้เป็น 2 ประเภท คือ

ประเภทที่ 1 แบบหรือวิธีการวัดที่มีคำถามเป็นปรนัย เป็นวิธีการวัดที่มุ่งให้ ผู้ตอบได้ตอบจากความสามารถที่จดจำหรือระลึกได้ในข้อมูลหรือใจความที่มีความเกี่ยวข้องกัน ดังนั้นการใช้วิธีการวัดแบบนี้ ถ้าสร้างไม่ดีอาจจะเป็นการวัดเฉพาะความจำเพียงอย่างเดียวมากกว่า จะเป็นการวัดกระบวนการคิด วิเคราะห์ หรือการประยุกต์ควบคู่กันไปด้วย

1. คำถามแบบถูก-ผิด แบบหรือวิธีวัดชนิดนี้เป็นการสร้างประโยคที่มี ข้อความถูกหรือผิดขึ้นมา แล้วให้ผู้ตอบตอบว่าประโยคนั้นตรงตามข้อเท็จจริงที่เรียนมาหรือไม่ ถ้า ถูกตามข้อเท็จจริง ก็ตอบว่าถูก ถ้าไม่ถูกก็ตอบว่าผิด

ข้อดี

1. สามารถสร้างได้ครอบคลุมเนื้อหาของกิจกรรมต่างๆ ที่เรียน ได้ หลากหลายอย่างและกว้างขวางและเวลาที่ใช้ในการตอบก็น้อยเมื่อเปรียบเทียบกับแบบหรือวิธีอื่นๆ
2. การให้คะแนนสามารถทำได้ง่าย รวดเร็วมีความเป็นปรนัย และมีความ เชื่อถือได้สูง
3. ใช้เวลาน้อยและมีความง่ายในการสร้างมากกว่าเมื่อเปรียบเทียบกับ แบบวัดแบบอื่น

ข้อด้อย

1. เนื่องจากความเป็นไปได้ของคำตอบสำหรับแบบวัดชนิดนี้มีเพียง 2 ทางเท่านั้น คือ ถูกและผิด ดังนั้น ถ้าผู้ตอบไม่แน่ใจในคำตอบ โอกาสที่ผู้ตอบจะเดาก็มีมาก และใน ขณะเดียวกัน โอกาสที่ผู้ตอบจะเดาถูกก็มีถึงร้อยละ 50

2. เนื่องจากคำถามแบบนี้ผู้ตอบมี โอกาสจะเดาถูก ถึงร้อยละ 50 ดังนั้น ความเชื่อถือได้ของคำถามแบบนี้ จึงมีความเชื่อถือได้น้อยกว่าแบบอื่นๆ

3. คำตอบที่ถูกต้องมักจะขึ้นอยู่กับคำเพียงคำเดียว

2. คำถามแบบเติมคำในช่องว่างและแบบให้ตอบสั้นๆ คำถามแบบเติมคำใน ช่องว่างและแบบให้ตอบสั้นๆเป็นคำถามที่ต้องการวัดความสามารถในการจำข้อมูลที่เป็นจริง ความ เข้าใจในหลักการและความสามารถที่จะบอกความหมายของความคิดรวบยอดต่างๆได้ ความ

แตกต่างที่สำคัญระหว่างคำถามทั้งสองแบบนี้ จึงอยู่ที่ความยาวและรูปแบบของคำถามที่นักเรียนจะต้องตอบมากกว่าแบบวัดอย่างอื่น คือ ในคำถามแบบให้เติมคำในช่องว่าง เป็นคำถามที่เว้นคำบางคำหรืออาจจะหลายๆคำไว้และนักเรียนก็จะต้องเติมคำที่เว้นไว้นั้นให้สมบูรณ์ ส่วนคำถามแบบให้ตอบสั้นๆ นั้น นักเรียนจะต้องตอบคำถามนั้นเป็นคำ วลี หรือเป็นประโยค

ข้อดี

1. เป็นคำถามที่ช่วยให้มีการลดโอกาสของการเดาได้มาก เพราะนักเรียนจะต้องมีความจำและความเข้าใจในคำตอบนั้นได้อย่างถูกต้องก่อนที่จะสามารถตอบได้
2. ช่วยให้ผู้สามารถวัดความสามารถในการที่ระลึกและทบทวนความรู้ในสิ่งที่เคยได้เรียนมาก่อนแล้วได้มากกว่าเป็นการวัดความจำเช่นในคำถามแบบทดสอบปรนัยชนิดอื่น
3. เป็นคำถามที่ใช้ได้ดีเมื่อการเรียนนั้นเป็นการเรียนที่ต้องการให้นักเรียนได้รู้และเข้าใจในลำดับขั้นตอนในสิ่งที่เรียนนั้น
4. เป็นคำถามที่มีความง่ายในการสร้างขึ้นมา
5. คำถามแบบนี้มีประโยชน์ในเนื้อหาที่จำได้เป็นบางอย่าง เช่น หลักการและลำดับขั้นตอนในการปฐมพยาบาล เป็นต้น

ข้อด้อย

1. เป็นคำถามที่ต้องใช้เวลาในการตรวจที่ยาวนานกว่าแบบปรนัยอย่างอื่น
2. เป็นคำถามที่ทำให้มีการเรียนด้วยการท่องจำมากกว่า
3. คำถามแบบจับคู่ คำถามแบบจับคู่คือคำถามที่มีการวางข้อความไว้เป็นสองแนวตั้ง แนวตั้งด้านซ้ายมือจะเป็นคำหรือข้อความที่เป็นตัวตั้งของปัญหาเรียงกันอยู่เพื่อกระตุ้นให้นักเรียนคิดหาตัวเลือก ส่วนแนวตั้งด้านขวามือนั้นเป็นตัวเลือก หน้าที่ที่นักเรียนจะต้องหาตัวเลือกคำใดคำหนึ่ง ในแนวตั้งด้านขวามือเป็นตัวเลือกที่มีความหมายตรงกันหรือเกี่ยวข้องกับคำหรือข้อความที่อยู่ในแนวตั้งทางด้านซ้าย

ข้อดี

1. มีความง่ายในการสร้างและการตรวจให้คะแนน
2. เป็นคำถามที่กระตุ้นให้นักเรียนได้นำความรู้มาผสมผสานกันในการหาความเกี่ยวข้องในระหว่างกันและกันก่อนที่จะได้คำตอบ
3. เป็นคำถามที่ทำให้นักเรียนสามารถใช้ตัวเลือกได้มากกว่าหนึ่งคำตอบ โอกาสของการเดาคำตอบจะมีน้อย

ข้อด้อย

1. นักเรียนจะต้องใช้เวลาในการตอบมาก

ข้อเท็จจริง

2. เป็นแบบที่สามารถวัดได้เฉพาะความสามารถในการให้ข้อมูลที่เป็นข้อเท็จจริง
3. เป็นคำถามที่จำกัดอยู่แต่ในความสามารถที่จะหาความสัมพันธ์ซึ่งกันและกันมากกว่า

4. คำถามแบบมีตัวเลือก คำถามแบบมีตัวเลือกเป็นคำถามที่มีคำถามหรือประโยคที่อาจจะสมบูรณ์หรือไม่สมบูรณ์ก็ได้ และมีตัวเลือก 4-5 ตัวเลือก ตัวเลือกหนึ่งตัวเลือกใน 4-5 ตัวนี้จะเป็นคำตอบที่ถูกต้อง ส่วนตัวเลือกที่เหลือจะเป็นตัวลวง คำถามแบบนี้มีลักษณะคล้ายคลึงกับคำถามแบบจับคู่

ข้อดี

1. เนื่องจากนักเรียนสามารถตอบคำถามแบบนี้ได้ด้วยความรวดเร็ว ดังนั้นครูจึงสามารถสร้างคำถามได้หลายข้อ ทำให้สามารถครอบคลุมเนื้อหาได้มาก
2. สามารถตรวจและให้คะแนนได้รวดเร็ว
3. สามารถวัดความรู้ทุกระดับตามที่บลูม (Bloom) จำแนกไว้
4. โอกาสที่นักเรียนจะเดาถูก มีน้อยกว่าคำถามแบบถูก-ผิด และโอกาสนี้จะลดน้อยลงตามลำดับตามการเพิ่มจำนวนตัวเลือก
5. สามารถนำกระดาษคำตอบมาตรฐานมาใช้ในการตรวจให้คะแนนได้

ข้อด้อย

1. สามารถสร้างเป็นคำถามได้น้อยกว่าแบบถูก-ผิด
2. ต้องใช้เวลาในการสร้าง เพราะต้องใช้เวลาในการคิดหาตัวเลือกที่เป็นคำตอบที่ชัดเจน และตัวเลือกที่เป็นตัวลวงให้นักเรียนได้ใช้กระบวนการในการคิดและวิเคราะห์ได้เป็นอย่างดีก่อนที่จะตอบ
3. มีแนวโน้มให้นักเรียนทุจริตได้ง่าย
4. มีแนวโน้มที่จะส่งเสริมให้นักเรียนเรียนแบบท่องจำแต่ในสิ่งที่เป็นข้อเท็จจริงหรือข้อมูลมากกว่าความเข้าใจและการนำไปประยุกต์

5. การวัดแบบนี้ไม่สามารถที่จะแสดงให้เห็นว่านักเรียนมีความรู้ความเข้าใจกว้างขวางในเนื้อหาที่เรียนมาน้อยเพียงใด

ประเภทที่ 2 แบบหรือวิธีการวัดที่คำถามให้เขียนเป็นเรียงความ หรือแบบอัตนัย เป็นการตั้งคำถามที่มีการกำหนดให้นักเรียนเขียนเรียงความตามหัวข้อหรือปัญหาหนึ่งขึ้นมา เพื่อให้ให้นักเรียนได้แสดงความสามารถในการใช้กระบวนการคิดของตนเอง ทั้งในแง่ของ

ความสามารถในการบ่งบอก การอธิบาย การตีความ การนำข้อมูลมาผสมผสานกันมีการจัดเรียง เรียงและสังเคราะห์เนื้อหาเพื่อนำเสนอในรูปแบบการเขียนเป็นเรียงความ

ข้อดี

1. มีความง่ายและรวดเร็วในการสร้างคำถามแบบนี้
2. เป็นคำถามที่สามารถวัดทักษะและความสามารถในการคิด วิเคราะห์และ แก้ไขปัญหาของนักเรียนได้
3. สนับสนุนและส่งเสริมให้นักเรียนได้เรียนรู้ในวิธีการและกระบวนการในการคิดของนักเรียนได้
4. สนับสนุนและส่งเสริมให้นักเรียนได้เรียนรู้ในวิธีการและกระบวนการในการคิด การจัดลำดับและสามารถแสดงความคิดที่มีอยู่นั้นออกมาได้
5. เป็นการลดโอกาสของการคาดเดาให้เหลืออยู่น้อยมาก

ข้อด้อย

1. ต้องใช้เวลามากในการตรวจให้คะแนน
2. การตรวจและให้คะแนนขึ้นอยู่กับความคิดเห็นของครู ทำให้ความเชื่อถือได้ของการวัดแบบนี้ลดต่ำลงด้วย
3. เนื่องจากคำถามที่ต้องการคำตอบที่ยาว ดังนั้นจึงต้องใช้เวลามาก ทำให้ไม่สามารถที่จะวัดในหลายๆด้านพร้อมๆกันได้

7.6.4 วิธีวัดด้านคุณธรรมและจริยธรรมทางพลศึกษา

พฤติกรรมด้านคุณธรรม เป็นพฤติกรรมที่ว่าด้วยความรู้สึก ความสนใจ ค่านิยม และอารมณ์ของบุคคลด้วยกัน แต่ในทางพลศึกษาแล้วจะเห็นได้ว่า คุณธรรม จริยธรรมของการแสดงออกในการมีส่วนร่วมในการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา เกิดควบคู่กันไปในระหว่างการจัดการเรียนการสอนพลศึกษาและเล่นกีฬานั้น เป็นพฤติกรรมที่มีความจำเป็นและสำคัญอย่างหนึ่งในชีวิตจริง

แต่เนื่องจากพฤติกรรมทั้งทางด้านคุณธรรมและจริยธรรม นี้เป็นพฤติกรรมที่เป็นนามธรรมจึงทำให้มีความยากลำบากในการวัดเพื่อประเมินผลมากกว่าพฤติกรรมด้านอื่นๆ ดังนั้นครูพลศึกษาส่วนใหญ่แม้จะได้อ้างจุดประสงค์การเรียนรู้เพื่อให้นักเรียนได้บรรลุพฤติกรรมด้านนี้ไว้แล้วก็ตาม แต่ก็มักไม่ค่อยได้ทำการวัดเพื่อประเมินผลตามจุดประสงค์การเรียนรู้ที่วางไว้เท่าที่ควร (วรศักดิ์ เพ็ชรชอบ, 2548) แบบหรือวิธีการวัดพฤติกรรมทางด้านคุณธรรมและจริยธรรมได้แก่

1. แบบวัดพฤติกรรมในการเล่นกีฬาและการดูกีฬา ซึ่งดัดแปลงจากแบบของ ลากี้ (Modified Lakie Rating Scale)

2. แบบวัดดัชนีการปรับตัวทางสังคมของนักเรียน ดัดแปลงจากแบบวัดดัชนีการปรับตัวทางสังคมของคาวเวลล์ (Modified Cowell Social Adjustment Index)

3. แบบสังเกตคุณลักษณะประจำตัวทางพลศึกษาซึ่งดัดแปลงจาก ของบลาร์นชาร์ด (Modified Blamchard Rating Scale)

7.6.5 วิธีวัดด้านเจตคติ

พฤติกรรมด้านเจตคติ เป็นพฤติกรรมที่ว่าด้วยความรู้สึก ความสนใจ ค่านิยม และอารมณ์ของบุคคลด้วยกัน แต่ในทางพลศึกษาจะเห็นว่า เจตคติของการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา เกิดควบคู่กันไปในระหว่างการจัดการเรียนการสอนพลศึกษาและการเล่นกีฬานั้นเป็นพฤติกรรมที่มีความจำเป็นและสำคัญอย่างหนึ่งในชีวิตจริง โดยเฉพาะเจตคตินั้นเป็นพฤติกรรมที่มีความสำคัญในการที่จะช่วยให้นักเรียนได้นำพฤติกรรมที่เรียนไปแล้วไปใช้ให้เกิดประโยชน์ในโอกาสต่อไปอีก

แต่เนื่องจากพฤติกรรมทั้งทางด้านเจตคตินี้เป็นพฤติกรรมที่เป็นนามธรรมจึงทำให้มีความยากลำบากในการวัดเพื่อประเมินผลมากกว่าพฤติกรรมด้านอื่นๆ ดังนั้นครูพลศึกษาส่วนใหญ่แม้จะได้วางจุดประสงค์การเรียนรู้เพื่อให้นักเรียนได้บรรลุพฤติกรรมด้านนี้ไว้แล้วก็ตาม แต่ก็มักไม่ค่อยได้ทำการวัดเพื่อประเมินผลตามจุดประสงค์การเรียนรู้ตามที่วางไว้เท่าที่ควร (วรศักดิ์เพียรชอบ, 2548) แบบหรือวิธีการวัดพฤติกรรมทางด้านเจตคติ ได้แก่

1. แบบวัดเจตคติทางพลศึกษาของอดัมส์ (Modified Adams Attitude Scale)

2. แบบวัดเจตคติทางพลศึกษาซึ่งดัดแปลงจากแบบวัดเจตคติของเวียร์ (Modified Wear Attitude Scale)

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. งานวิจัยในประเทศ

เมธิ โปธิพัฒน์ (2523) ศึกษาเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์แรงจูงใจใฝ่สัมพันธ์ และความซื่อสัตย์ของเด็กไทย โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 5 มัธยมศึกษาปีที่ 2 และมัธยมศึกษาปีที่ 4 ของโรงเรียนรัฐบาลในกรุงเทพมหานคร จำนวน 886 คน โดยใช้แบบสอบถามวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ปรากฏว่า นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงกว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สถิต วงศ์สุวรรณค์ (2527) กล่าวถึง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ว่าเป็นความปรารถนาที่จะได้รับความสำเร็จในงาน เช่นเดียวกับ รุจิรา เขาวมาตย์ (2541) ได้อธิบายว่าใฝ่สัมฤทธิ์นั้นส่งผลต่อการ

เรียนของผู้เรียนเป็นสิ่งที่ผู้เรียนคาดหวังเพื่อก้าวไปสู่ความสำเร็จหรือสัมฤทธิ์ผลที่ได้ตั้งไว้ ผู้ที่ประสบความสำเร็จจะเป็นผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูง

นลินี นินทบดี (2532) ศึกษาเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์เจตคติต่อวิชาสังคมศึกษา และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาสังคมศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนวัดสังเวช กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 495 คน พบว่า แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ เจตคติต่อวิชาสังคมศึกษา และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาสังคมศึกษา มีความสัมพันธ์ในทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

วันชัย คณัตโมนุท (2535) ศึกษาเรื่อง คุณลักษณะที่เกี่ยวข้องกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในจังหวัดปทุมธานี ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์และความขยันหมั่นเพียรในการเรียนสูงกว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ .05

ประธาน วัฒนวานิชย์ (2537) กล่าวว่า แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ เป็นการทำให้มีความศรัทธาอยากเรียน นับว่าเป็นสิ่งที่จำเป็นอันดับแรกของการเรียน และเป็นความสำเร็จไปแล้วเกินครึ่งวิธีการกระตุ้นให้นักศึกษาเกิดความอยากเรียน คือ ต้องเร้าใจตนเองให้เกิดความสนใจอยากเรียน

สุกัญญา สามปรุ (2539) ศึกษาเรื่อง องค์ประกอบด้านจิตวิทยา ที่มีอิทธิพลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิตของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในจังหวัดนครราชสีมา พบว่า องค์ประกอบด้านจิตวิทยามีความสัมพันธ์ทางบวกกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ส่วนตัวแปรที่สามารถร่วมกันพยากรณ์ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนคือ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ นิสัยทางการเรียนและความสนใจทางการเรียน

บุญประสิทธิ์ ลีตระกูล (2543) ได้ศึกษา ปัจจัยจูงใจที่มีต่อการเลือกเข้าศึกษาต่อที่วิทยาลัยเทคนิคมหาสารคามของนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง โดยมีความมุ่งหมายเพื่อศึกษาเปรียบเทียบปัจจัยจูงใจที่มีต่อการเลือกเข้าศึกษาต่อที่วิทยาลัยเทคนิคมหาสารคาม 3 ด้าน คือ ด้านเจตคติและความสนใจ ด้านอิทธิพลการชักจูงจากบุคคลและสื่อ และด้านเศรษฐกิจของนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง ปีการศึกษา 2542 จำนวน 180 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถาม ผลการศึกษาค้นคว้าพบว่า 1. นักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง โดยส่วนรวม และจำแนกตามวุฒิการศึกษาเดิมและแผนกวิชา มีปัจจัยจูงใจต่อการเลือกเข้าศึกษาต่อที่วิทยาลัยเทคนิคมหาสารคาม โดยภาพรวมและรายด้านทั้ง 3 ด้าน อยู่ในระดับมาก ยกเว้นด้านเจตคติและความสนใจที่นักศึกษาวุฒิเดิมประกาศนียบัตรแผนกช่างยนต์ช่างก่อสร้าง ช่างกลโรงงาน และช่างเชื่อมโลหะและโลหะแผ่น มีปัจจัยจูงใจในระดับมากที่สุด และนักศึกษาวุฒิเดิมมัธยมศึกษาตอนปลาย มีปัจจัยจูงใจโดยส่วนรวม ด้านอิทธิพลการชักจูงจากบุคคลและสื่อ และด้านเศรษฐกิจ อยู่ในระดับกลาง 2. นักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูงที่มีวุฒิ

การศึกษาประกาศนียบัตรวิชาชีพมีปัจจัยมุ่งใจต่อการเลือกเข้าศึกษาต่อโดยภาพรวมและรายด้าน ทั้ง 3 ด้านสูงกว่านักศึกษาที่มีวุฒิการศึกษาเดิมมัธยมศึกษาตอนปลาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แต่นักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูงที่มีแผนกวิชาต่างกัน มีปัจจัยมุ่งใจต่อการเลือกเข้าศึกษาต่อโดยภาพรวมและรายด้านทั้ง 3 ด้าน ไม่แตกต่างกันนักการศึกษาผู้ใหญ่ซึ่งมีความเข้าใจในความต้องการเหล่านี้ จะมีส่วนช่วยให้ผู้ใหญ่ลดปัญหาต่าง ๆ ลงได้อย่างมาก ด้วยการจัดโปรแกรมและกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อให้เกิดความมั่นคงแก่ผู้ใหญ่ ไม่ว่าจะเป็นด้านเศรษฐกิจ สังคม จิตวิทยา การเมืองโดยการจัดสภาพแวดล้อมให้มีความเหมาะสมในการก่อให้เกิดการเรียนรู้ดีขึ้น รวมทั้งการจัดโอกาสเพื่อพัฒนาความสัมพันธ์อันอบอุ่นระหว่างครูกับนักเรียน นักเรียนกับนักเรียน และให้เกิดบรรยากาศความเป็นกันเองมากที่สุด

รัตนภรณ์ โพธิ์ทอง (2543) ได้วิจัยกิจกรรมค่ายภาษาอังกฤษเพื่อสร้างแรงจูงใจในการเรียนภาษาอังกฤษ สำหรับผู้เรียนชั้นต้นปีที่ 1 วิทยาลัยนาฏศิลป์ สุพรรณบุรี ผลการวิจัยพบว่า กิจกรรมค่ายภาษาอังกฤษสามารถสร้างแรงจูงใจในการเรียนภาษาอังกฤษของผู้เรียนให้สูงขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

เบญจวิไล ไชยแสน (2544) ความสัมพันธ์ระหว่างสมรรถภาพพื้นฐานทางสมอง บางประการ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ และเจตคติต่อวิชาคณิตศาสตร์ กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดร้อยเอ็ด ผลการศึกษาพบว่า สมรรถภาพทางสมอง 5 ด้าน ประกอบด้วย ความถนัดด้านภาษา ความถนัดด้านจำนวน ความถนัด ด้านเหตุผล ความถนัดด้าน มิติสัมพันธ์ และความถนัดด้านความจำ และแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับกับ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ อย่างมีนัยสัมพันธ์ทางสถิติ ที่ระดับ .01 โดยมีค่า สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .283 .278 .278 .298 .160 และ .128 ตามลำดับ ส่วนเจตคติต่อ วิชาคณิตศาสตร์ไม่มีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ ตัวแปรพยากรณ์ที่ดี ส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ คือ สมรรถภาพพื้นฐานทางสมองด้านความถนัด ด้านมิติสัมพันธ์มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .377 มีอำนาจในการพยากรณ์ผลสัมฤทธิ์ ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ได้ร้อยละ 14.20

สุวรรณณี เวทไธสง (2544) ได้ทำวิจัยการพัฒนาความสามารถและแรงจูงใจในการอ่าน ภาษาอังกฤษของผู้เรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โดยใช้เอกสารจริง ซึ่งมีกลุ่มทดลองคือนักเรียนชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนพุทไธสง อำเภอพุทไธสง จังหวัดบุรีรัมย์ ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2544 ที่เรียนวิชาภาษาอังกฤษอ่านเขียน (อ.025) จำนวน 40 คน ซึ่งได้จากการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) โดยมีห้องเรียนเป็นหน่วยการสุ่มด้วยวิธีการจับสลากมา 1 ห้องเรียน จาก จำนวน 4 ห้องเรียน ที่ได้รับการจัดห้องเรียนแบบคละกัน ซึ่งประกอบด้วยนักเรียนที่มีระดับ

ความสามารถ ทางการเรียนรู้สูง ปานกลาง และต่ำ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ (1) แผนการสอน จำนวน 14 แผน แผนละ 1 คาบ คาบละ 50 นาที (2) แบบทดสอบวัดความสามารถในการอ่าน ภาษาอังกฤษ จำนวน 30 ข้อ (3) แบบสอบถามวัดแรงจูงใจในการอ่านภาษาอังกฤษจำนวน 12 ข้อ ผลการวิจัยพบว่า ผู้เรียนมีความสามารถในการอ่านภาษาอังกฤษเพิ่มขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 หลังจากได้รับการสอนโดยใช้เอกสารจริงและผู้เรียนมีแรงจูงใจในการอ่านภาษาอังกฤษ เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 หลังจากได้รับการสอนอ่านโดยใช้ เอกสารจริง

มาลินี ภู่น้อย (2544) ได้ศึกษาการใช้รูปแบบการสอนเพื่อการสื่อสารประกอบการใช้ ทำทางเพื่อสร้างแรงจูงใจในการเรียนภาษาอังกฤษ ผลการศึกษาค้นคว้าพบว่า รูปแบบการสอนเพื่อ การสื่อสารประกอบการใช้ทำทางสามารถสร้างแรงจูงใจให้กับผู้เรียนที่มีความสามารถทางภาษา และแรงจูงใจต่ำได้อย่างดี โดยผู้เรียนมีพฤติกรรมการเข้าเรียนและมีปฏิสัมพันธ์ขณะเรียนเพิ่ม มากขึ้น

ทศพร อันสงคราม (2545) ได้ศึกษาระดับแรงจูงใจในการเรียนปัจจัยที่สัมพันธ์กับ แรงจูงใจในการเรียน และเพื่อสร้างสมการพยากรณ์แรงจูงใจในการเรียนของนักเรียนชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดกาฬสินธุ์ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียน ขยายโอกาสทางการศึกษา จำนวน 351 คน ได้มาโดยการสุ่มแบบหลายขั้นตอน เครื่องมือเป็น แบบสอบถามแรงจูงใจในการเรียน ผลการศึกษาพบว่านักเรียนมีแรงจูงใจในการเรียน โดยรวมอยู่ใน ระดับมากปัจจัยทั้ง 12 ปัจจัยมีความสัมพันธ์ทางบวกกับแรงจูงใจในการเรียนของนักเรียนอย่างมี นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เรียงลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปน้อย ดังนี้ ความต้องการพัฒนาตนเอง เทคนิคและวิธีการสอน เนื้อหาและหลักสูตรการเรียนการสอน การเสริมแรงความสัมพันธ์ระหว่าง ครูกับนักเรียน เป้าหมายในอนาคต บรรยากาศในชั้นเรียน การวัดและการประเมินผลการใช้สื่อและ นวัตกรรมบุคลิกลักษณะของครู สภาพแวดล้อมในสถานศึกษาและความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนใน ชั้นเรียนปัจจัยที่ส่งผลต่อแรงจูงใจในการเรียนของนักเรียน คือ ความต้องการพัฒนาตนเอง เนื้อหา สาระและหลักสูตรการเรียนการสอน บรรยากาศในชั้นเรียน การเสริมแรง เป้าหมายในอนาคต และ ความสัมพันธ์ระหว่างครูกับนักเรียน ตามลำดับ

อดิพร นฤนาทชีวิน (2547) ศึกษาเรื่อง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์และบุคลิกภาพ หัวข้อประกอบที่มีต่อพฤติกรรมการเรียนดนตรีของวัยรุ่นที่เรียนดนตรี ในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า วัยรุ่นที่เรียนดนตรีที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงมีพฤติกรรมการเรียนดนตรีดีกว่าวัยรุ่น ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. งานวิจัยต่างประเทศ

Bendig (1958) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาชายของมหาวิทยาลัยพิตส์เบิร์ก จำนวน 110 คน ผลปรากฏว่า แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับคะแนนเฉลี่ย (GPA) ของการสอบในภาคเรียนก่อน ได้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.22

Myers (1965) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ สมรรถภาพทางสมอง และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น จำนวน 524 คน พบว่า แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์มีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชายและนักเรียนหญิงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.50 และ 0.48 ตามลำดับ

Furst (1966) ได้ปรับปรุงแบบทดสอบวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของ Myers ไปใช้กับนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 288 คน พบว่า แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์มีความสัมพันธ์กับคะแนนเฉลี่ย (GPA) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

Frymier and Wells (1966) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนมัธยมศึกษาในมลรัฐโอไฮโอ จำนวน 339 คน โดยแบ่งนักเรียนออกเป็นกลุ่มที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงกับกลุ่มที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ต่ำ จากนั้นนำคะแนนจากแบบทดสอบแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์มาหาค่าสัมประสิทธิ์ สหสัมพันธ์กับคะแนนจากระเบียบสะสม พบว่า นักเรียนที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงกว่านักเรียนที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ต่ำ

Weiner (1972) ได้สรุปลักษณะเด่นของผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูง เปรียบเทียบกับผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ต่ำไว้ดังนี้

1. ผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูง ตั้งใจทำงานดีกว่า อดทนต่อความล้มเหลวสูง ชอบเลือกงานสลบซับซ้อนมากกว่าผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ต่ำ
2. ผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูง ชอบริเริ่มกระทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยความคิดของตัวเองมากกว่าและภูมิใจที่ได้เลือกงานยากมากกว่าผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ต่ำ

Theodosiou, A. and Papaioannou, A. (2006) ได้ทำการศึกษาในเรื่องการใช้ บรรยากาศแรงจูงใจ (motivational climate) เป้าหมายสู่ความสำเร็จ (achievement goals) และกิจกรรมทางอภิปัญญา (metacognitive) ทางพลศึกษาและการออกกำลังกาย ในบริบทนอกโรงเรียน โดย การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อทดสอบความสัมพันธ์ระหว่าง เป้าหมายสู่ความสำเร็จ บรรยากาศแรงจูงใจ และความถี่ของการเล่นกีฬาและการออกกำลังกาย นั้นมีความเกี่ยวข้องกับกระบวนการ อภิปัญญาในพลศึกษา การวิจัยนี้เป็นการสำรวจโดยใช้แบบสอบถาม หลังจากการให้ กระบวนการ

ดังกล่าวนอกห้องเรียน กับกลุ่มตัวอย่าง 1 กลุ่ม เป็นนักเรียนพลศึกษาจำนวน 782 (ผู้ชาย 338 หญิง 416 ไม่ระบุเพศ 28) ซึ่งนักเรียนจากโรงเรียนระดับประถมศึกษาของรัฐจำนวน 182 คน นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นจำนวน 365 คน และมัธยมศึกษาตอนปลายจำนวน 235 คน โดยกลุ่มตัวอย่างทั้งหมดนี้ได้รับกระบวนการทาง เป้าหมายสู่ความสำเร็จ บรรยากาศแรงจูงใจ และกระบวนการอภิปัญญาในพลศึกษาภายในบริบทนอกโรงเรียน ผลการวิจัยพบว่า จากการสำรวจการที่นักเรียนได้ทำภาระงานที่เกี่ยวข้องกับ กระบวนการที่มีเป้าหมายสู่ผลสำเร็จ และการสร้างบรรยากาศแรงจูงใจนั้นมีผลต่อพฤติกรรมการเล่นกีฬาและออกกำลังกายอยู่ในระดับสูง ขณะที่กระบวนการทางอภิปัญญาอยู่ในระดับปานกลาง

Moreno. J.A., Hellín. P., Hellín. G. et al. (2008) ได้ศึกษาการประเมินแรงจูงใจของนักเรียนพลศึกษาในสเปน: การประยุกต์ทฤษฎีเป้าหมายสู่ความสำเร็จ (Achievement Goals) และทฤษฎีการกำหนดตนเอง ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา ระบุ ความแตกต่างของ Profile แรงจูงใจ (motivational profiles) และความแตกต่างที่แท้จริงในการรับรู้ความสามารถของบุคคล กลุ่มตัวอย่างจำนวน 736 คน เครื่องมือที่ใช้ในการประเมินมี 4 แบบ คือ เพื่อประเมินแรงจูงใจทางกีฬา (Sport motivation) แรงจูงใจปฐมภูมิ การรับรู้ความสามารถ และเงื่อนไขทางกายภาพ การวิเคราะห์ข้อมูลได้แบ่งออกเป็น 4 กลุ่ม ตามวัตถุประสงค์ของเครื่องมือทั้ง 4 แบบ ผลการวิจัยพบว่า การรับรู้ความสามารถ และเงื่อนไขทางกายภาพแสดงให้เห็นถึงความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญในทั้ง 4 กลุ่ม ผลการทดลองเป็นประโยชน์กับครูพลศึกษาในการนำไปใช้ในการแยกกลยุทธ์ในการสร้างแรงจูงใจในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนให้ผู้เรียนมีผลสัมฤทธิ์และช่วยให้ผู้เรียนมีความกระตือรือร้นต่อการเรียนรู้

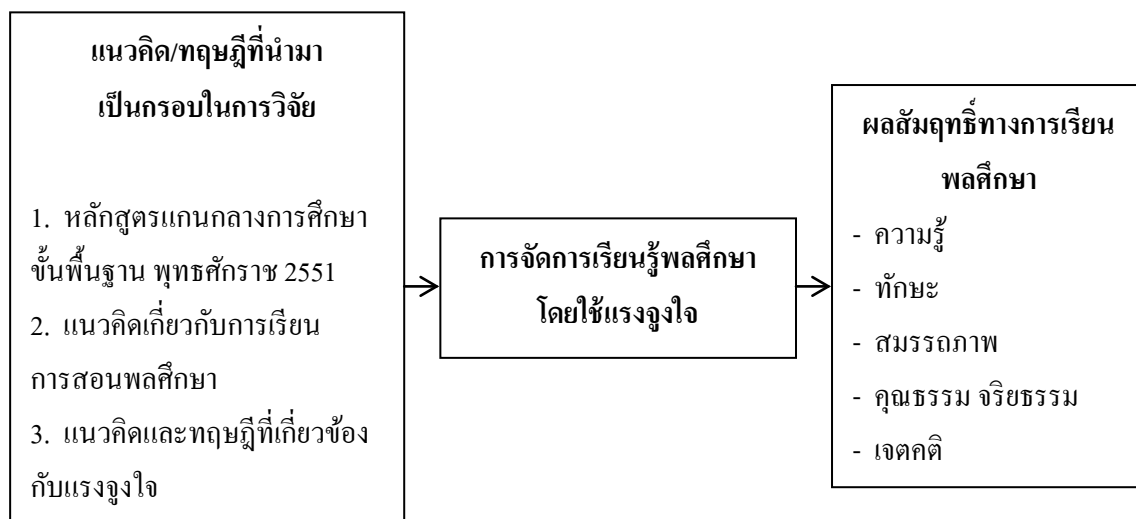
Moreno. J. A., González-Cutre. D., Martín-Albo. J. et al. (2010) ทำการศึกษาเรื่องแรงจูงใจและผลการปฏิบัติ ในพลศึกษา: ผลการทดสอบจากการทดลองการวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อวิเคราะห์ผลจากการทดลองความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจและประสิทธิภาพในการทดสอบการเคลื่อนไหวด้านข้างในด้านพลศึกษา การทดลองนี้มีกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนจำนวน 363 คน (ชาย 227 และหญิง 136) อายุระหว่าง 12 ถึง 16 ซึ่งมีการสุ่มออกเป็น 3 กลุ่ม คือกลุ่มทดลองที่ 1 มีการให้แรงจูงใจเพิ่มขึ้นในด้านความเชื่อในความสามารถที่สามารถพัฒนาจากกระบวนการเรียนรู้ (an incremental ability belief) กลุ่มทดลอง 2 ที่มีการให้แรงจูงใจเพิ่มขึ้นในด้านความเชื่อความสามารถตนเอง (an entity ability belief) และ กลุ่มควบคุมที่ไม่มีการให้แรงจูงใจใดใด ผลการทดลองพบว่า กลุ่มทดลองที่ 1 มีผลคะแนนทางการปฏิบัติพลศึกษาในการทดสอบครั้งแรกสูงกว่าการทดสอบครั้งที่ 2 ขณะที่ กลุ่มทดลองที่ 2 มีผลคะแนนเปรียบเทียบ ในการทดสอบครั้งแรกสูงกว่ากลุ่มที่ 1 และ 3 แต่คะแนนการปฏิบัติครั้งที่ 2 ไม่แตกต่างจากการทดสอบครั้งที่ 2 และต่ำกว่ากลุ่มที่ 1 ในคะแนนทดสอบครั้งที่ 2 และคะแนนของกลุ่มควบคุมมีคะแนนการทดสอบครั้งที่ 2

สูงขึ้นเพียงเล็กน้อยจากการทดสอบครั้งที่ 1 ซึ่งอธิบายได้ว่าการใช้แรงจูงใจเพื่อให้ผู้เรียนมีความเชื่อว่าการฝึกปฏิบัติการเรียนรู้สามารถทำให้เกิดความชำนาญทำให้ ผลการเรียนรู้ดีขึ้นได้

Standage. M., Joan L. Duda. J. L, and Ntoumanis. N. (2011) รูปแบบบริบทของแรงจูงใจทางพลศึกษา: การใช้ทฤษฎีการกำกับตนเอง และทฤษฎีเป้าหมายสู่ความสำเร็จ เพื่อคาดคะเนความตั้งใจในกิจกรรมพลศึกษา การศึกษาวิจัยนี้เพื่อทดสอบรูปแบบแรงจูงใจของนักเรียนพลศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนต้น จำนวน 328 คน ที่ผ่านกระบวนการการใช้ทฤษฎีการกำกับตนเอง และทฤษฎีเป้าหมายสู่ความสำเร็จ ผลการนี้มีผลในทางเดียวกับรูปแบบที่มีความเป็น การเรียนรู้ด้วยตนเอง ซึ่งเป็นส่วนที่เกี่ยวข้องกับทฤษฎีแรงจูงใจจากการกำหนดตนเอง

จากงานวิจัยข้างต้น สรุปได้ว่า แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ หมายถึง ความปรารถนาของบุคคลที่ต้องการจะได้รับผลสำเร็จในงานนั้น ด้วยเหตุนี้แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ จึงมีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ซึ่งถ้าผู้เรียนมีแรงจูงใจในการเรียนสูง เช่น มีความตั้งใจเรียน ต้องการจะประสบความสำเร็จในการเรียน จะมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงด้วยเช่นกัน

กรอบแนวคิดในการวิจัย



ภาพที่ 2.3 กรอบแนวคิดในการวิจัย

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่องผลของการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบคะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง ที่ได้รับแรงจูงใจภายในร่วมกับแรงจูงใจภายนอกและนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยวิธีปกติ มีขั้นตอนในการดำเนินงานวิจัยแบ่งออกเป็น 3 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นที่ 1 การเตรียมการทดลอง

- 1.1 การศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
- 1.2 กำหนดกลุ่มประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
- 1.3 การสร้างและพัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
 - 1.3.1 สร้างและพัฒนาแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษา
 - 1.3.2 สร้างและพัฒนาแบบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

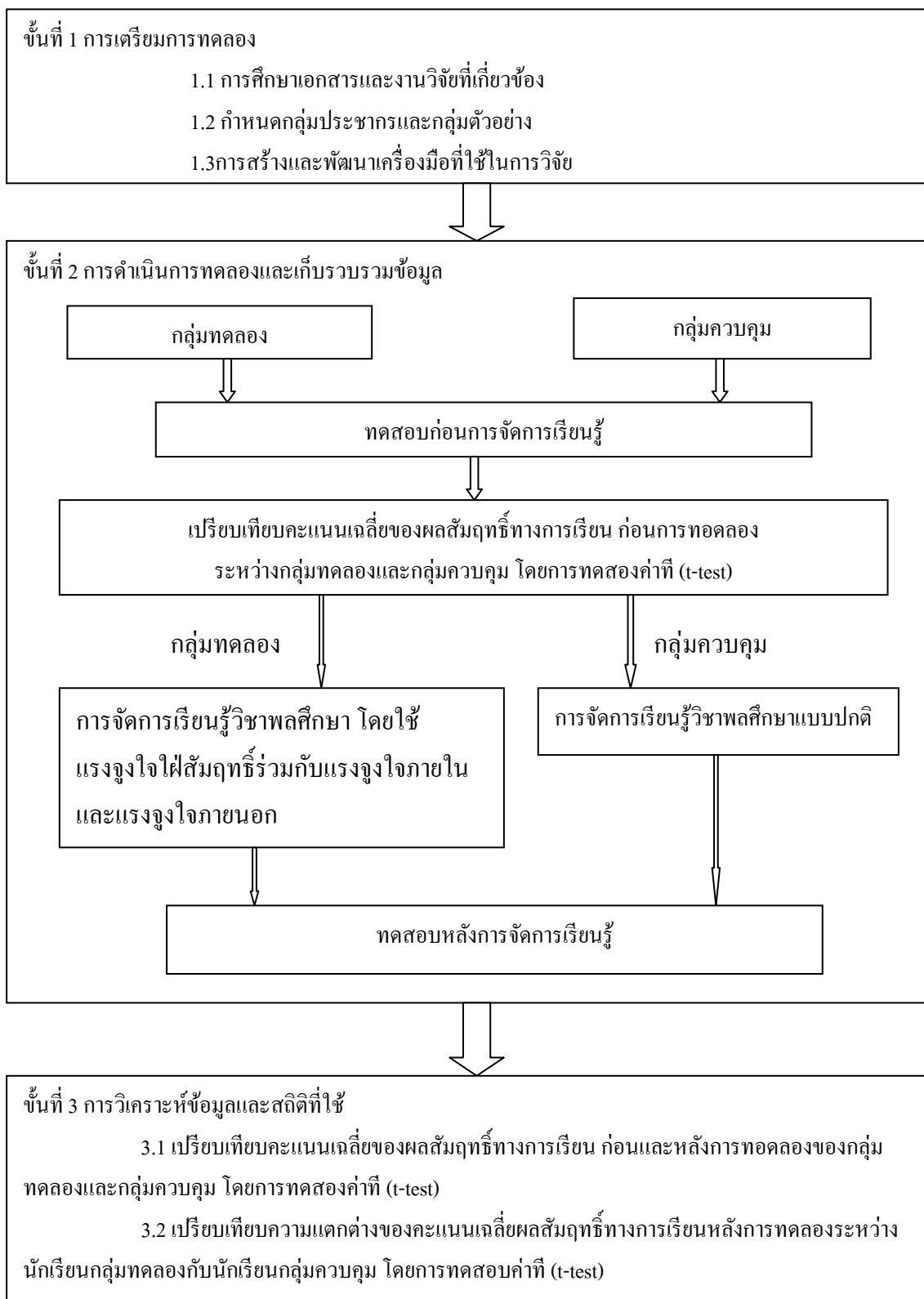
ขั้นที่ 2 การดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล

- 2.1 การกำหนดแบบแผนการทดลอง
- 2.2 การติดต่อและประสานงานก่อนการทดลอง
- 2.3 การดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล

ขั้นที่ 3 การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

- 3.1 วิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ
- 3.2 สถิติที่ใช้

ขั้นตอนในการการดำเนินการวิจัย



ภาพที่ 3.1 ขั้นตอนในการการดำเนินการวิจัย

ขั้นตอนที่ 1 การเตรียมการทดลอง

1.1 ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1.1.1 ได้ศึกษาเอกสาร วารสาร บทความที่เกี่ยวข้องกับการใช้แรงจูงใจ แรงจูงใจภายใน และแรงจูงใจภายนอกงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับจิตวิทยาของการใช้แรงจูงใจ การเรียนการสอน พลศึกษา

1.1.2 ศึกษาหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 และสาระและมาตรฐานการเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ในระดับมัธยมศึกษา

1.1.3 ศึกษาเกี่ยวกับแบบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษา

1.2 กำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ผู้วิจัยจะใช้ศึกษาครั้งนี้เป็นนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 ของโรงเรียนราชดำริ กรุงเทพมหานคร ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2556

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่เรียนวิชาพลศึกษา ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2556 โรงเรียนราชดำริ สังกัด กรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ จำนวน 2 ห้องเรียน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 1 ห้องเรียนและกลุ่มควบคุม 1 ห้องเรียน

1.2.1 การเลือกโรงเรียนกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้วิธีการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Selection) ได้แก่ โรงเรียนราชดำริ สังกัด กรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ โดยมีเกณฑ์ดังนี้

1.2.1.1 เป็นโรงเรียนที่ผู้บริหาร และอาจารย์ให้ความร่วมมือในการทดลองการจัดการเรียนรู้วิชาพลศึกษา โดยใช้แรงจูงใจภายในร่วมกับแรงจูงใจภายนอก ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

1.2.1.2 เป็นโรงเรียนที่นักเรียนมีระดับความสามารถและองค์ประกอบอื่นๆ ไม่แตกต่างจากโรงเรียนอื่นๆ ในสังกัดเดียวกัน

1.2.2 เนื่องจากโรงเรียนราชดำริ มีนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 8 ห้องเรียน ผู้วิจัยจึงทำการสุ่มห้องเรียนด้วยวิธีการสุ่มแบบง่าย (Simple Random Sampling) โดยการจับฉลากเพื่อกำหนดกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง

1.3 สร้างและพัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยแบ่งเป็น 2 ประเภท คือ แผนการจัดการเรียนรู้ เป็นเครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง และเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

1.3.1 เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการทดลอง คือ แผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้การใช้แรงงูใจภายในร่วมกับแรงงูใจภายนอกเพื่อพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

1.3.1.1 ศึกษาหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ช่วงชั้นที่ 3 เพื่อนำมากำหนดสาระการเรียนรู้ในแผนการจัดการเรียนรู้

1.3.1.2 ศึกษาการเขียนแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้การใช้แรงงูใจภายในร่วมกับแรงงูใจภายนอก จากหนังสือ เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยเปรียบเทียบการจัดการเรียนรู้พลศึกษาวิธีปกติ

1.3.1.3 วิเคราะห์จุดประสงค์การเรียนรู้ กิจกรรมการเรียนการสอนที่สอดคล้องกับแนวคิดการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้การใช้แรงงูใจภายในร่วมกับแรงงูใจภายนอก

1.3.1.4 ดำเนินการเขียนแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้การใช้แรงงูใจภายในร่วมกับแรงงูใจภายนอก

1.3.1.5 นำแผนการจัดการเรียนรู้ที่สร้างขึ้นไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจพิจารณาเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไข

1.3.1.6 นำแผนการวิเคราะห์ สังเคราะห์ ทฤษฎีแรงงูใจในการจัดการเรียนพลศึกษาแผนการจัดการเรียนรู้ที่ปรับปรุงแก้ไขไปแล้ว ให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน โดยกำหนดคุณสมบัติของผู้ทรงคุณวุฒิ ต้องเป็นผู้ที่จบการศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา สาขาวิชาพลศึกษาหรือสาขาวิชาการศึกษานอกระบบ ตรวจพิจารณาความตรงตามจุดประสงค์ ความตรงตามเนื้อหา และความเหมาะสมของการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้การใช้แรงงูใจภายในร่วมกับแรงงูใจภายนอก เพื่อนำมาปรับปรุงนำมาหาค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับความตรงเชิงเนื้อหา (Index of Congruence หรือ IOC) พิจารณาหัวข้อที่มีค่าดัชนีความสอดคล้องตั้งแต่ 0.50 ขึ้นไป

1.3.1.7 แก้ไขปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้ให้มีความสมบูรณ์ตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ

1.3.2 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน โดยผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอนต่อไปนี้

1.3.2.1 ศึกษาวิธีการสร้างและแนวคิดจากเอกสาร ตำราและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับแบบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

1.3.2.2 สร้างแบบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

1.3.2.3 กำหนดเกณฑ์การให้คะแนนความคิดเห็นในแต่ละข้อความในแบบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

1.3.2.4 นำแบบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาพิจารณา ตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา ความสอดคล้องกับจุดประสงค์การเรียนรู้ ลักษณะการใช้คำถาม พฤติกรรมที่ต้องการวัด และความถูกต้องด้านภาษาพร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไข

1.3.2.5 นำแบบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน โดยกำหนดคุณสมบัติของผู้ทรงคุณวุฒิ ต้องเป็นกรรมการระดับบัณฑิตศึกษา สาขาวิชาพลศึกษาหรือสาขาวิชาการศึกษานอกระบบโรงเรียน ตรวจสอบพิจารณาความตรงเชิงเนื้อหา ความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม ลักษณะการใช้คำถาม พฤติกรรมที่ต้องการวัดและความถูกต้องด้านภาษา นำมาหาค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม (Index of Congruence หรือ IOC) พิจารณาหัวข้อที่มีค่าดัชนีความสอดคล้องตั้งแต่ 0.50 ขึ้นไป

1.3.2.6 นำข้อเสนอแนะที่ได้จากผู้ทรงคุณวุฒิ มาปรับปรุงแก้ไขและตัดข้อที่ไม่เหมาะสมออก ทำการคัดเลือกข้อทดสอบจนได้ข้อทดสอบที่จะนำไปทดลองใช้

ขั้นที่ 2 การดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการ ดังนี้

2.1 กำหนดแบบแผนการทดลอง

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง(Quasi-Experimental Research) แบบเป็น 2 กลุ่ม มีการทดสอบก่อนและหลังการทดลอง (The Pretest-Posttest Control Group Design) ดังตารางที่ 3.1 แสดงแบบแผนการทดลอง (Campbell and Stanley, 1969 อ้างถึงใน ดวงกมล ไตรคุณวิจิตร, 2541) ดังนี้

ตารางที่ 3.1 แบบแผนการทดลอง

กลุ่มตัวอย่าง	การวัดก่อนการทดลอง		การวัดหลังการทดลอง
E	O ₁	X	O ₂
C	O ₃		O ₄

E = กลุ่มทดลอง

C = กลุ่มควบคุม

O₁ O₃ = ค่าสังเกตหรือผลที่วัดได้ก่อนการทดลอง

O₂ O₄ = ค่าสังเกตหรือผลที่วัดได้หลังการทดลอง

X = ตัวแปรที่จัดกระทำ

2.2 ติดต่อประสานงานก่อนการทดลอง

2.2.1 ติดต่อขอความร่วมมือในการทำวิจัยจากผู้บริหาร โรงเรียนราชดำริ

2.2.2 ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย ขั้นตอนการวิจัย การวัดและประเมินผลแก่รองผู้อำนวยการ ฝ่ายวิชาการ ครูผู้สอน และร่วมกันกำหนดตารางเวลา การจัดการเรียนรู้พลศึกษา โดยใช้การใช้แรงจูงใจ

2.3 การดำเนินการทดลองและการเก็บรวบรวมข้อมูล

2.3.1 การดำเนินการก่อนทดลองสอน

2.3.1.1 ผู้วิจัยสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ด้วยแบบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ในสัปดาห์แรกก่อนทำการทดลอง

2.3.1.2 นำผลการทดสอบก่อนการทดลอง (Pre-Test) มาทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยโดยการทดสอบค่าที (t-test) เพื่อทดสอบว่านักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน แตกต่างกันหรือไม่

2.3.2 การดำเนินการทดลองจัดการเรียนรู้พลศึกษาตามแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษา โดยใช้แรงจูงใจ

2.3.2.1 กลุ่มทดลอง ผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการสอน โดยใช้แผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาที่สร้างขึ้น จำนวน 8 แผนการจัดการเรียนรู้ จัดการเรียนการสอนสัปดาห์ละ 1 คาบเรียนคาบเรียนละ 50 นาที รวม 8 สัปดาห์

2.3.2.2 กลุ่มควบคุม ดำเนินการสอนโดยครูประจำของโรงเรียนราชดำริ ใช้แผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาตามปกติของครูประจำโรงเรียนสัปดาห์ละ 1 คาบเรียน คาบเรียนละ 50 นาที รวม 8 สัปดาห์

2.3.3 การดำเนินงานหลังการทดลองการทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังการทดลอง (Post-Test) ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยใช้แบบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนฉบับเดียวกับที่ใช้วัดก่อนเรียน

2.3.4 ผู้วิจัยรวบรวมและบันทึกคะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนทั้ง 5 ด้านของนักเรียนทุกคน ในการประเมินผลระดับคะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ผู้วิจัยใช้เกณฑ์การประเมินผลตามที่โรงเรียนกำหนดดังนี้

ตารางที่ 3.2 เกณฑ์การตัดสินคะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเพื่อให้ระดับผลการเรียน

ช่วงคะแนนเป็นร้อยละ	ระดับผลการเรียน	ผลการเรียน
80-100	4	ดีเยี่ยม
75-79	3.5	ดีมาก
70-74	3	ดี
65-69	2.5	ค่อนข้างดี
60-64	2	ปานกลาง
55-59	1.5	พอใช้
50-54	1	ผ่านเกณฑ์ขั้นต่ำ
0-49	0	ต่ำกว่าเกณฑ์

ที่มา: สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
กระทรวงศึกษาธิการ (2552)

ขั้นที่ 3 การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้คอมพิวเตอร์หาค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) และเปรียบเทียบค่าคะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน โดยการทดสอบค่าที (t-test)

3.1 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองและของนักเรียนกลุ่มควบคุม โดยการทดสอบค่าที (t-test) ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05

3.2 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองกับนักเรียนกลุ่มควบคุม โดยการทดสอบค่าที (t-test) ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05

3.3 วิเคราะห์ข้อมูลโดยคำนวณค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปคอมพิวเตอร์

3.4 ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย คะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม ด้วยการทดสอบค่าที (t-test) โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปคอมพิวเตอร์

ตารางที่ 3.2 การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ของปัญหาผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษากับการใช้แรงจูงใจ

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน พลศึกษา	ปัญหาทางพลศึกษา	ทฤษฎีแรงจูงใจ
1. ด้านความรู้	<p>การที่ให้นักเรียนมีความรู้ ความเข้าใจในการเรียนพลศึกษา เป็นปัญหาอย่างหนึ่งในการเรียนการสอนพลศึกษา เนื่องจากเป็นทฤษฎี เป็นเนื้อหาที่ต้องอาศัยการท่องจำ เช่น ประวัติความเป็นมาของชนิดกีฬา ต่างๆ ขนาดของสนามในกีฬาชนิดต่างๆ กฎกติกาในการเล่นหรือการแข่งขันกีฬา อุปกรณ์ต่างๆที่ใช้ในการเล่นกีฬา องค์ประกอบต่างๆในการเล่นหรือแข่งขันกีฬา รวมไปถึงการใช้กล้ามเนื้อหรืออวัยวะในส่วนต่างๆของร่างกายในการเล่นกีฬาแต่ละชนิด ซึ่งเป็นเนื้อหาในเชิงทฤษฎีที่นักเรียนต้องใช้ความจำ และการทำความเข้าใจ จึงทำให้นักเรียนไม่สนใจ ไม่ใส่ใจในการเรียนรู้ รู้สึกเบื่อหน่ายที่จะมาท่องจำ ไม่ให้ความสำคัญกับการเรียนเท่าที่ควร</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. ทฤษฎีแรงจูงใจของ Maslow 2. ทฤษฎี E.R.G ของ Alderfer (Existence Relatedness Growth) 3. ทฤษฎีแรงจูงใจของ McClelland 4. ทฤษฎีแรงจูงใจของ Victor vroom's ExpectancyTheory 5. ทฤษฎีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของ (McClelland's Achievement Motivation Theory) 8. ทฤษฎีแรงจูงใจภายใน
2 ด้านทักษะ	<p>ทักษะถือเป็นอีกสิ่งหนึ่งที่สำคัญ การฝึกทักษะจะทำให้นักเรียนมีความเข้าใจในการเรียนพลศึกษามากยิ่งขึ้น แต่การฝึกทักษะต้องใช้ความเข้าใจในตัวของทักษะ การใช้และวิธีการจับอุปกรณ์ที่ถูกต้อง และยังมีปัจจัยอื่นๆอีกด้วย นักเรียนมักไม่ให้ความสำคัญกับการฝึกทักษะ อาจเกิดจากความไม่ชอบในการเล่นกีฬา ความไม่เข้าใจในการฝึกทักษะ เมื่อทำหรือปฏิบัติไม่ได้ก็จะไม่ทำหรือฝึกทักษะนั้นอีก ทำให้เด็กไม่สามารถมีทักษะที่ดี ที่ถูกต้องได้ เมื่อถึงกำหนดทดสอบทักษะเด็กก็ไม่สามารถปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง ทำให้ได้คะแนนในการทดสอบน้อยหรืออาจไม่เป็นไปตามเกณฑ์การประเมิน</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. ทฤษฎีแรงจูงใจของ Maslow 2. ทฤษฎี E.R.G ของ Alderfer (Existence Relatedness Growth) 3. ทฤษฎีแรงจูงใจของ McClelland 4. ทฤษฎีแรงจูงใจของ Victor vroom's ExpectancyTheory 5. ทฤษฎีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของ (McClelland's Achievement Motivation Theory) 6. ทฤษฎีแรงจูงใจภายใน 7. ทฤษฎีแรงจูงใจภายนอก

ตารางที่ 3.2 (ต่อ)

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน พลศึกษา	ปัญหาทางพลศึกษา	ทฤษฎีแรงจูงใจ
4. ด้านคุณธรรม จริยธรรม	ด้านคุณธรรม จริยธรรม ในปัจจุบันอาจจะพบเห็นได้ยาก เนื่องจากการแข่งขันทางสังคม ทางการศึกษา ความเห็นแก่ตัว การอยากเอาชนะ ต้องการให้ตัวเองเป็นที่ยอมรับ ทำให้คุณธรรม จริยธรรมในตัวบุคคลลดน้อยลงไป	1. ทฤษฎีแรงจูงใจของ McClelland 2. ทฤษฎีแรงจูงใจของ Herzberg (Herzberg's Motivation-Hygiene Theory) 3. ทฤษฎี (X) และทฤษฎี (Y) ของ (Megregor)
5. ด้านเจตคติ	เจตคติเป็นสิ่งสำคัญที่อยู่ภายในจิตใจจิตสำนึกในตัวบุคคล การเรียนพลศึกษา หากนักเรียนมีเจตคติที่ไม่ดี ไม่ยอมรับ ไม่อยากปฏิบัติกิจกรรม ย่อมส่งผลต่อการเรียนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอย่างแน่นอน	1. ทฤษฎีแรงจูงใจของ Herzberg (Herzberg's Motivation-Hygiene Theory) 2. ทฤษฎี (X) และทฤษฎี (Y) ของ (Megregor) 3. ทฤษฎีแรงจูงใจไฟสัมพันธ์ของ (McClelland's Achievement Motivation Theory) 4. ทฤษฎีแรงจูงใจภายใน

ตารางที่ 3.3 ผลการสังเคราะห์ทฤษฎีแรงจูงใจ เพื่อการประยุกต์ใช้ในการพัฒนาผลของการจัดการเรียนรู้ทางพลศึกษา โดยใช้แรงจูงใจที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น

ทฤษฎี	ลักษณะเด่นหรือใจความสำคัญของทฤษฎี	การประยุกต์ก่อให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษาในด้านต่างๆ
1. ทฤษฎีแรงจูงใจของ Maslow	เป็นทฤษฎีที่กล่าวถึงความต้องการของมนุษย์ ซึ่งเป็นลำดับขั้น มีรชั้น โดยเริ่มจากต่ำไปหาสูง (Hierarchy & Needs) กล่าวคือ หากความต้องการในระดับต่ำได้รับการตอบสนองแล้ว ความต้องการในระดับสูงก็จะมีกรเรียกร้องให้ตอบสนองทันที คือ ความต้องการประสบความสำเร็จสูงสุดในชีวิต	1. ด้านความรู้ 2. ด้านทักษะ 3. ด้านสมรรถภาพ
2. ทฤษฎี E.R.G ของ Alderfer (Existence Relatedness Growth)	เป็นทฤษฎีที่มีความคล้ายคลึงกับทฤษฎีแรงจูงใจของ Maslow แต่ปรับปรุงเป็นความต้องการ 3 ระดับ กล่าวคือ บุคคลจะก้าวไปตามลำดับของความต้องการจากระดับต่ำก่อน เมื่อได้รับการตอบสนองแล้วจึงต้องการระดับที่สูงขึ้น แต่อย่างไรก็ตามในสถานการณ์บางอย่างอาจทำให้กลับมายังความต้องการระดับต่ำได้	1. ด้านความรู้ 2. ด้านทักษะ 3. ด้านสมรรถภาพ
3. ทฤษฎีแรงจูงใจของ McClelland	เป็นทฤษฎีแรงจูงใจตามความต้องการขั้นพื้นฐาน มีความสอดคล้องกับความพึงพอใจ เพราะความต้องการเกิดจากแรงจูงใจ สิ่งเร้าทั้งภายในและภายนอกตัวบุคคล อีกปัจจัยหนึ่งคือการทำงานเป็นทีม	1. ด้านความรู้ 2. ด้านทักษะ 3. ด้านสมรรถภาพ 4. ด้านคุณธรรม จริยธรรม

ตารางที่ 3.3 (ต่อ)

ทฤษฎี	ลักษณะเด่นหรือใจความสำคัญของทฤษฎี	การประยุกต์ก่อให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษาในด้านต่างๆ
4. ทฤษฎีแรงจูงใจของ Herzberg (Herzberg's Motivation-Hygiene Theory)	เป็นทฤษฎีที่เน้นการจูงใจภายนอก หรือเรียกอีกอย่างว่าทฤษฎีสองปัจจัย ปัจจัยทั้งสองคือ ความพอใจหรือความไม่พอใจในการทำงาน หรือกิจกรรม การได้รับการยอมรับนับถือ ความก้าวหน้าเป็นสิ่งจูงใจให้คนมีความพอใจในการทำงาน ส่วนความไม่พอใจในการทำงาน หรือการทำกิจกรรม คือ การบังคับบัญชา ความมั่นคงในการทำงาน โอกาสในการเจริญเติบโตในการทำงาน บุคคลที่มีแรงจูงใจเพื่อให้ประสบความสำเร็จนั้น ต้องมีความมุ่งมั่น มุ่งหวังในความสำเร็จ มากกว่ารางวัล แต่รางวัลเป็นปัจจัยที่จูงใจให้เกิดแรงจูงใจในการปฏิบัติงาน หรือกิจกรรม	1. ด้านคุณธรรม จริยธรรม 2. ด้านเจตคติ
5. ทฤษฎีแรงจูงใจของ Victor vroom's Expectancy Theory	เป็นทฤษฎีที่ชี้ให้เห็นว่าแรงจูงใจขึ้นอยู่กับความคาดหวังของบุคคลต่อผลที่เกิดขึ้น ความคาดหวังที่จะได้รับรางวัลหรือสิ่งต่างๆตามที่ตนเองปรารถนา $\text{แรงจูงใจ} = \text{ความอยาก} \times \text{ความคาดหวัง}$	1. ด้านความรู้ 2. ด้านทักษะ 3. ด้านสมรรถภาพ
6. ทฤษฎี (X) และทฤษฎี (Y) ของ(Megregor)	เป็นทฤษฎีที่เกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์ไม่ชอบการทำงาน เกียจคร้าน การจูงใจเพื่อให้คนปฏิบัติงานต้องใช้การบังคับให้เกิดความเกรงกลัว แนะนำหรือขู่ลงโทษเพื่อให้งานสำเร็จตามเป้าหมาย แต่ก็เป็นการบังคับในทางอ้อมเท่านั้น	1. ด้านคุณธรรม จริยธรรม 2. ด้านเจตคติ

ตารางที่ 3.3 (ต่อ)

ทฤษฎี	ลักษณะเด่นหรือใจความสำคัญของทฤษฎี	การประยุกต์ก่อให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษาในด้านต่างๆ
7. ทฤษฎีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของ (McClelland's Achievement Motivation Theory)	เป็นการจูงใจที่เกิดขึ้นจากข้างในตัวบุคคล เพื่อให้งานที่ทำประสบความสำเร็จ โดยไม่ได้หวังรางวัลตอบแทน ซึ่งจะเป็นผลดีต่อตัวบุคคลเองรวมไปถึงองค์กร ซึ่งปัจจัยที่ส่งเสริมการจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์นี้คือ สิ่งแวดล้อมที่เหมาะสม	1. ด้านความรู้ 2. ด้านทักษะ 3. ด้านสมรรถภาพ 4. ด้านเจตคติ
8. ทฤษฎีแรงจูงใจภายใน	เป็นแรงจูงใจที่มาจากภายในตัวบุคคล แรงจูงใจนี้มีความคงทนถาวรที่ทำให้บุคคลนั้นแสดงพฤติกรรม โดยไม่หวังรางวัลหรือแรงเสริมจากภายนอก ความอยากรู้หรืออยากเห็น เป็นแรงจูงใจภายในที่ทำให้มีความต้องการในการเรียนรู้ หรือแสวงหาบางอย่างด้วยตัวเอง ทำให้เกิดเจตคติที่ดี รวมไปถึงความสนใจเป็นพิเศษในการแสดงพฤติกรรมต่างๆ	1. ด้านความรู้ 2. ด้านทักษะ 3. ด้านสมรรถภาพ 4. ด้านเจตคติ
9. ทฤษฎีแรงจูงใจภายนอก	เป็นแรงจูงใจภายนอกของตัวบุคคล อาจเป็นรางวัล คะแนน คำชม การได้รับการยอมรับที่มากระตุ้นให้เกิดพฤติกรรม แรงจูงใจนี้ไม่คงทนถาวรต่อพฤติกรรมของบุคคลสามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้เสมอ	1. ด้านทักษะ 2. ด้านสมรรถภาพ

ตารางที่ 3.4 ตัวอย่างการนำแรงจูงใจไปประยุกต์ใช้ในชั้นของการสอน

ขั้นตอนการสอน	ประเภทของแรงจูงใจ	การจัดกิจกรรมโดยใช้แรงจูงใจ
1. ชั้นเตรียม	การตื่นตัว (Arousal) เป็นภาวะที่บุคคลพร้อมที่จะแสดงพฤติกรรม สมองพร้อมที่จะคิด พร้อมที่จะเรียนรู้ กล้ามเนื้อพร้อมที่จะเคลื่อนไหว	<ul style="list-style-type: none"> - การเล่นเกมที่ใช้กิจกรรมการเคลื่อนไหว สร้างบรรยากาศให้เกิดความสนุกสนาน อาจมีการแข่งขันภายในกลุ่มเพื่อให้เกิดการตื่นตัว กระตือรือร้น - ครูพุดจูงใจให้นักเรียนเห็นถึงความสำคัญ ประโยชน์ของการเรียน พลศึกษา
2. ชั้นอธิบาย สาธิต และฝึกหัด	<ul style="list-style-type: none"> - สิ่งล่อใจ จูงใจให้เห็นความต้องการ ความสำคัญ เห็นประโยชน์ เพื่อให้มีความตั้งใจในการเรียนรู้ พร้อมที่จะไปสู่ขั้นฝึกหัดหรือขั้นปฏิบัติ - การคาดหวัง และหรือการตั้งเป้าหมาย ซึ่งจะก่อให้เกิดแรงผลักดัน ต้องการฝึกเพื่อพัฒนาตนเองให้เป็นไปตามที่คาดหวังและตั้งเป้าหมายไว้ 	<ul style="list-style-type: none"> - นอกจากอธิบายให้นักเรียนเข้าใจในเนื้อหาสาระหรือทักษะในช่วงโมงเรียนแล้วนั้น ครูก็จะพุดจูงใจให้นักเรียนเห็นถึงความสำคัญของการเรียนในวิชาพลศึกษา และชนิดกีฬานั้นๆ - การนำรูปภาพนักกีฬาที่นักเรียนชื่นชอบ หรือภาพการแข่งขันกีฬาในวิชาที่เราสอนมาประกอบในการเรียนการสอน จะเป็นสื่อวีดิทัศน์ คลิปการฝึกทักษะหรือคลิปของการแข่งขันในกีฬานั้นๆ ให้นักเรียนเห็นภาพของการเล่นกีฬา ทำให้เกิดแรงจูงใจที่จะทำให้ นักเรียนอยากเล่น อยากปฏิบัติ - ให้นักเรียนฝึกทักษะอย่างเต็มที่ โดยในระหว่างที่นักเรียนฝึกทักษะ ครูก็จะพุดให้กำลังใจ พุดในทางบวก ลงโทษ หรือการชมเชย

ตารางที่ 3.4 (ต่อ)

ขั้นตอนการสอน	ประเภทของแรงจูงใจ	การจัดกิจกรรมโดยใช้แรงจูงใจ
3. ขั้นพัฒนา สมรรถภาพ	- ความต้องการทางกาย เป็นภาวะที่ เกิดแรงผลักดันให้บุคคลแสดง พฤติกรรมเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย ตามที่ตนต้องการ	- ให้นักเรียนปฏิบัติการพัฒนา สมรรถภาพตามแบบแผนที่กำหนด แต่ครูอาจจะเพิ่มรูปแบบใหม่ๆใน การฝึกสมรรถภาพ การให้ให้ นักเรียนมีส่วนร่วมในการคิดแบบ ฝึกสมรรถภาพ โดยครูให้คำชมเชย ให้กำลังใจ หรือให้รางวัล
4. ขั้นนำไปใช้	- ต้องการความสำเร็จ มีลักษณะ ชอบการแข่งขัน ท้าทาย และ ต้องการได้รับข้อมูลป้อนกลับเพื่อ ประเมินผลงานของตนเอง	- หลังจากฝึกทักษะแล้ว ครูให้ นักเรียนทำกิจกรรมกลุ่ม โดยจัดให้ มีการแข่งขันกันโดยใช้ทักษะที่ได้ ฝึกมาใช้ในการแข่งขัน หลังจากที่ แข่งขันเสร็จ ครูจะให้คำชมในกลุ่ม ที่ชนะ และลงโทษในกลุ่มที่แพ้โดย เป็นไปตามข้อตกลงในการแข่งขัน ครูพูดให้แรงจูงใจ พูดให้คำชม มี คะแนนหรือรางวัลเป็นแรงจูงใจ

ตารางที่ 3.4 (ต่อ)

ขั้นตอนการสอน	ประเภทของแรงจูงใจ	การจัดกิจกรรมโดยใช้แรงจูงใจ
5. ขั้นสรุปและประเมินผล	- การตั้งเป้าหมาย เมื่อปฏิบัติทักษะ สมรรถภาพ หรือกิจกรรมแล้ว ต้องการได้รับข้อมูลย้อนกลับ มีการสรุปหรือประเมินตนเอง	- ครูพูดสรุปในการเรียนการสอน ในช่วงเวลานั้น และพูดให้เกิดแรงจูงใจ พูดในทางบวก - ครูให้นักเรียนมีสมุดบันทึกการเรียนพลศึกษาในแต่ละชั่วโมง และนอกเวลาเรียนว่าได้ฝึกทักษะอะไรบ้าง ได้เล่นกีฬาอะไรนอกเวลาเรียน เป็นต้น - ครูให้นักเรียนทำแฟ้มสะสมงาน โดยในแฟ้มสะสมงานจะมี 1. ใบความรู้และใบงานต่าง ๆ 2. ใบทดสอบสมรรถภาพทางกาย 3. ใบบันทึกการฝึกทักษะ หรือการเล่นกีฬานอกเวลาเรียน

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยเรื่อง ผลของการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษาของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ผู้วิจัยได้นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลโดยแบ่งเป็น 2 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจ และนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยวิธีปกติ

ตอนที่ 2 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังการทดลอง ระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจ กับนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยวิธีปกติ

ตอนที่ 1 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจ และนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยวิธีปกติ

ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจ และนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยวิธีปกติ ปรากฏดังตารางที่ 4.1 ถึง 4.3 และแผนภูมิที่ 4.1 ถึง 4.3

ตารางที่ 4.1 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนและหลังการทดลอง
ของนักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุม

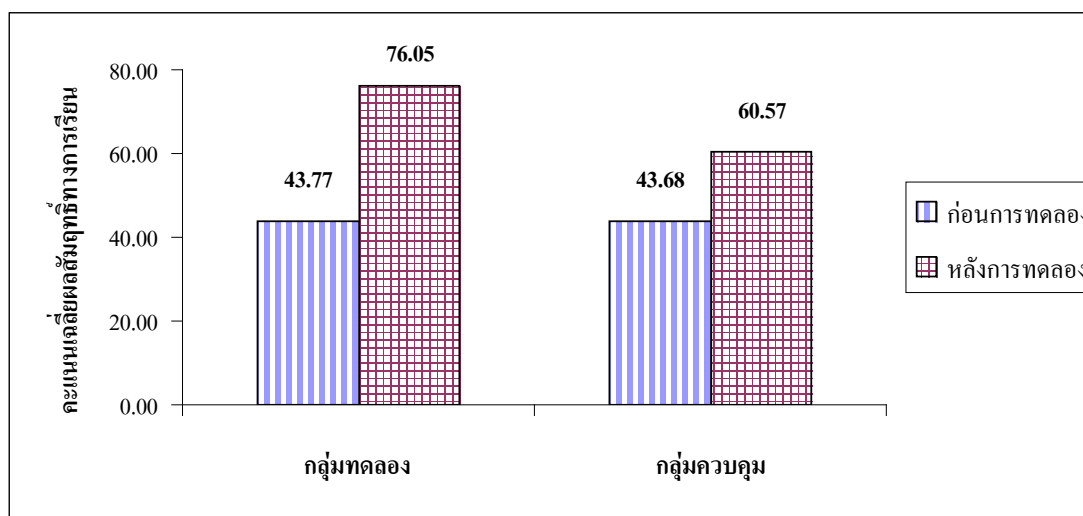
	n	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง		t	p
		\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.		
กลุ่มทดลอง	47	43.77	2.64	76.05	4.54	-41.48	.00*
กลุ่มควบคุม	46	43.68	3.16	60.57	3.87	-34.31	.00*

* $p < .05$

จากตารางที่ 4.1 พบว่าคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง หลังจากได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจ สูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยก่อนการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 43.77 คะแนน คือมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอยู่ในระดับต่ำกว่าเกณฑ์ หลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 76.05 คะแนน คือผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอยู่ในระดับดีมาก

ส่วนคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนกลุ่มควบคุม หลังจากได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยวิธีปกติ สูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยก่อนการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 43.68 คะแนน คือผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอยู่ในระดับต่ำกว่าเกณฑ์ หลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 60.57 คะแนน คือผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอยู่ในระดับน่าพอใจ

แผนภูมิที่ 4.1 การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนและหลังการทดลอง
ของนักเรียนกลุ่มทดลอง และนักเรียนกลุ่มควบคุม



ตารางที่ 4.2 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนและหลังการทดลอง
ของนักเรียนกลุ่มทดลอง จำแนกตามองค์ประกอบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน
ในแต่ละด้าน

องค์ประกอบ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	คะแนน เต็ม	ก่อนการทดลอง n = 47		หลังการทดลอง n = 47		t	p
		\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.		
		ด้านความรู้	20	10.45	1.63		
ด้านสมรรถภาพ	20	7.76	1.28	13.96	2.30	-41.66	.00*
ด้านทักษะ	20	7.13	0.38	14.12	0.75	-128.31	.00*
ด้านคุณธรรมจริยธรรม	20	9.15	1.39	15.33	2.23	-41.97	.00*
ด้านเจตคติ	20	9.29	0.86	15.84	1.46	-74.55	.00*
รวม	100	43.77	2.64	76.05	4.54	-41.48	.00*

* $p < .05$

จากตารางที่ 4.2 พบว่าคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง หลังได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจ สูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยก่อนการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 43.77 คะแนน คือมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอยู่ในระดับต่ำกว่าเกณฑ์ หลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 76.05 คะแนน คือมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอยู่ในระดับดีมาก

เมื่อพิจารณาแต่ละองค์ประกอบของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในแต่ละด้าน พบว่าคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนทั้ง 5 องค์ประกอบของกลุ่มทดลอง หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังรายละเอียดต่อไปนี้

คะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้ ก่อนการทดลองเท่ากับ 10.45 คะแนน คือมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้อยู่ในระดับผ่านเกณฑ์ขั้นต่ำ มีคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้หลังการทดลองเท่ากับ 16.81 คะแนน คือมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้อยู่ในระดับดีเยี่ยม

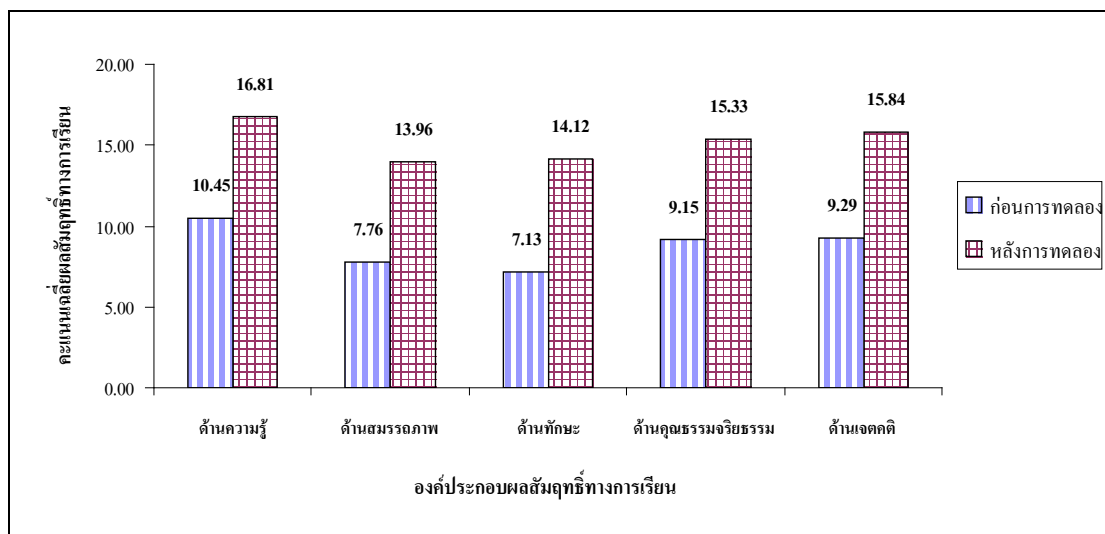
คะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านสมรรถภาพ ก่อนการทดลองเท่ากับ 7.76 คะแนน คือมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านสมรรถภาพอยู่ในระดับต่ำกว่าเกณฑ์ มีคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านสมรรถภาพหลังการทดลองเท่ากับ 13.96 คะแนน คือมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านสมรรถภาพอยู่ในระดับค่อนข้างดี

คะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านทักษะ ก่อนการทดลองเท่ากับ 7.13 คะแนน คือมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านทักษะอยู่ในระดับต่ำกว่าเกณฑ์ มีคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านทักษะหลังการทดลองเท่ากับ 14.12 คะแนน คือมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านทักษะอยู่ในระดับดี

คะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านคุณธรรมจริยธรรม ก่อนการทดลองเท่ากับ 9.15 คะแนน คือมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านคุณธรรมจริยธรรม อยู่ในระดับต่ำกว่าเกณฑ์ มีคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านคุณธรรมจริยธรรมหลังการทดลองเท่ากับ 15.33 คะแนน คือ มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านคุณธรรมจริยธรรมอยู่ในระดับดีมาก

และคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติ ก่อนการทดลองเท่ากับ 9.29 คะแนน คือมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติอยู่ในระดับต่ำกว่าเกณฑ์ มีคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติหลังการทดลองเท่ากับ 15.84 คะแนน คือมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติอยู่ในระดับดีมาก

แผนภูมิที่ 4.2 การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนและหลังการทดลอง
ของนักเรียนกลุ่มทดลอง จำแนกตามองค์ประกอบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน



ตารางที่ 4.3 การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนและหลังการทดลอง
ของนักเรียนกลุ่มควบคุม จำแนกตามองค์ประกอบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน
ในแต่ละด้าน

องค์ประกอบ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	คะแนน เต็ม	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง		t	p
		n = 47		n = 47			
		\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.		
ด้านความรู้	20	10.00	1.70	14.54	1.29	-18.92	.00*
ด้านสมรรถภาพ	20	7.77	1.26	9.68	1.41	-5.59	.00*
ด้านทักษะ	20	7.13	0.45	11.04	0.70	-106.53	.00*
ด้านคุณธรรมจริยธรรม	20	9.91	1.88	13.45	2.61	-23.49	.00*
ด้านเจตคติ	20	8.89	1.37	11.86	1.83	-43.90	.00*
รวม	100	43.68	3.16	60.57	3.87	-34.31	.00*

* $p < .05$

จากตารางที่ 4.3 พบว่าคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนกลุ่มควบคุม หลังจากได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้วิธีปกติ สูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยก่อนการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 43.68 คะแนน คือมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอยู่ในระดับต่ำกว่าเกณฑ์ หลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 60.57 คะแนน คือมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอยู่ในระดับน่าพอใจ

เมื่อพิจารณาแต่ละองค์ประกอบของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในแต่ละด้าน พบว่าคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนทั้ง 5 องค์ประกอบของกลุ่มควบคุม หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังรายละเอียดต่อไปนี้

คะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้ ก่อนการทดลองเท่ากับ 10.00 คะแนน คือมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้อยู่ในระดับผ่านเกณฑ์ขั้นต่ำ มีคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้หลังการทดลองเท่ากับ 14.54 คะแนน คือมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้ในระดับดี

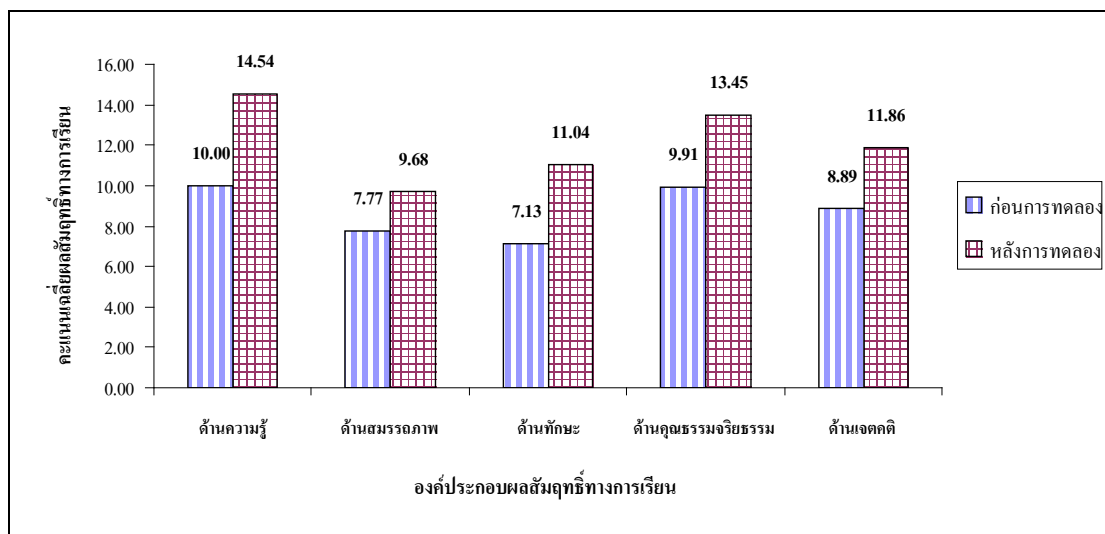
คะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านสมรรถภาพ ก่อนการทดลองเท่ากับ 7.77 คะแนน คือมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านสมรรถภาพอยู่ในระดับต่ำกว่าเกณฑ์ มีคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านสมรรถภาพหลังการทดลองเท่ากับ 9.68 คะแนน คือมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านสมรรถภาพอยู่ในระดับต่ำกว่าเกณฑ์

คะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านทักษะ ก่อนการทดลองเท่ากับ 7.13 คะแนน คือมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านทักษะอยู่ในระดับต่ำกว่าเกณฑ์ มีคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านทักษะหลังการทดลองเท่ากับ 11.04 คะแนน คือมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านทักษะอยู่ในระดับพอใช้

คะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านคุณธรรมจริยธรรม ก่อนการทดลองเท่ากับ 9.19 คะแนน คือมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านคุณธรรมจริยธรรมอยู่ในระดับต่ำกว่าเกณฑ์ มีคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านคุณธรรมจริยธรรมหลังการทดลองเท่ากับ 13.45 คะแนน คือมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านคุณธรรมจริยธรรมอยู่ในระดับค่อนข้างดี

และคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติก่อนการทดลองเท่ากับ 8.89 คะแนน คือมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติอยู่ในระดับต่ำกว่าเกณฑ์ มีคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติหลังการทดลองเท่ากับ 11.86 คะแนน คือมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติอยู่ในระดับพอใช้

แผนภูมิที่ 4.3 การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนและหลังการทดลอง
ของนักเรียนกลุ่มควบคุม จำแนกตามองค์ประกอบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน



ตอนที่ 2 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังการทดลอง ระหว่างนักเรียน
กลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจ กับนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับการ
จัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยวิธีปกติ

ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังการทดลอง ระหว่างนักเรียน
กลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจ กับนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับการ
จัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยวิธีปกติ ปรากฏดังตารางที่ 4.4 และ 4.5 และแผนภูมิที่ 4.4 และ 4.5

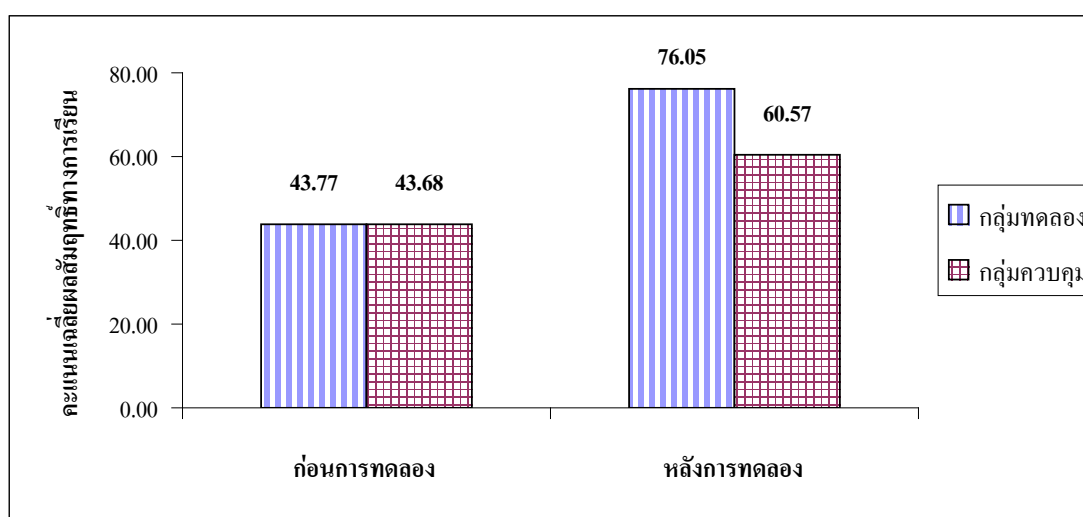
ตารางที่ 4.4 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังการทดลอง ระหว่าง
นักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุม

	n	หลังการทดลอง		t	p
		\bar{X}	S.D.		
กลุ่มทดลอง	47	76.05	4.54	-17.68	.00*
กลุ่มควบคุม	46	60.57	3.87		

* $p < .05$

จากตารางที่ 4.4 พบว่าหลังการทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 76.05 คะแนน คือมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอยู่ในระดับดีมาก นักเรียนกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 60.57 คะแนน คือมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอยู่ในระดับน่าพอใจ

แผนภูมิที่ 4.4 การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนและหลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลอง กับนักเรียนกลุ่มควบคุม



ตารางที่ 4.5 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังการทดลอง ของนักเรียน
กลุ่มทดลองกับนักเรียนกลุ่มควบคุม จำแนกตามองค์ประกอบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน
ในแต่ละด้าน

องค์ประกอบ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	คะแนน เต็ม	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t	p
		n = 47		n = 46			
		\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.		
ด้านความรู้	20	16.81	1.69	14.54	1.29	-7.26	.00*
ด้านสมรรถภาพ	20	13.96	2.30	9.68	1.41	-10.87	.00*
ด้านทักษะ	20	14.12	0.75	11.04	0.70	-20.34	.00*
ด้านคุณธรรมจริยธรรม	20	15.33	2.23	13.45	2.61	-3.74	.00*
ด้านเจตคติ	20	15.84	1.46	11.86	1.83	-11.61	.00*
รวม	100	76.05	4.54	60.57	3.87	-17.68	.00*

* $p < .05$

จากตารางที่ 4.5 พบว่าหลังการทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 76.05 คะแนน คือมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอยู่ในระดับดีมาก นักเรียนกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 60.57 คะแนน คือมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอยู่ในระดับน่าพอใจ

เมื่อพิจารณาแต่ละองค์ประกอบของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในแต่ละด้าน พบว่าคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนทั้ง 5 องค์ประกอบ หลังการทดลองของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังรายละเอียดต่อไปนี้

นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้เท่ากับ 16.81 คะแนน คือมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้อยู่ในระดับดีมาก นักเรียนกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้เท่ากับ 14.54 คะแนน คือมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้อยู่ในระดับดี

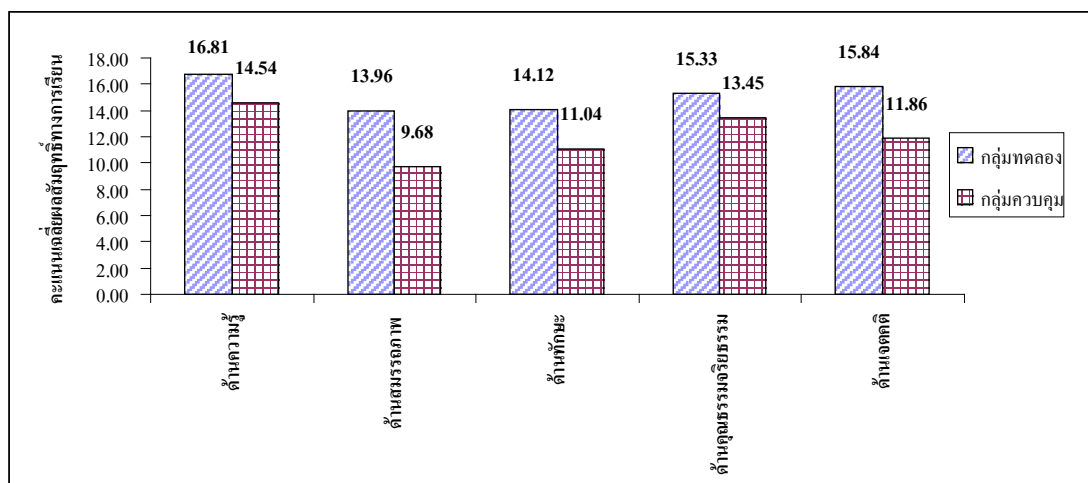
นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านสมรรถภาพเท่ากับ 13.96 คะแนน คือมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านสมรรถภาพอยู่ในระดับค่อนข้างดี นักเรียนกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านสมรรถภาพเท่ากับ 9.68 คะแนน คือมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านสมรรถภาพอยู่ในระดับต่ำกว่าเกณฑ์

นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านทักษะเท่ากับ 14.12 คะแนน คือมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านทักษะอยู่ในระดับดี นักเรียนกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านทักษะเท่ากับ 11.04 คะแนน คือมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านทักษะอยู่ในระดับพอใช้

นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านคุณธรรมจริยธรรมเท่ากับ 15.33 คะแนน คือมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านคุณธรรมจริยธรรมอยู่ในระดับดีมาก นักเรียนกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านคุณธรรมจริยธรรมเท่ากับ 13.45 คะแนน คือมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านคุณธรรมจริยธรรมอยู่ในระดับค่อนข้างดี

นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติเท่ากับ 15.84 คะแนน คือมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติอยู่ในระดับดีมาก นักเรียนกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติเท่ากับ 11.86 คะแนน คือมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติอยู่ในระดับพอใช้

แผนภูมิที่ 4.5 การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังการทดลอง ของนักเรียนกลุ่มทดลองกับนักเรียนกลุ่มควบคุม จำแนกตามองค์ประกอบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในแต่ละด้าน



บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง ผลของการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษาของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (quasi experimental research) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษา ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น เปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุม และเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองกับนักเรียนกลุ่มควบคุม กลุ่มตัวอย่างคือนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนราชดำริ สังกัดกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2555 จำนวน 93 คน แบ่งเป็นนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจ จำนวน 47 คน และนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยวิธีปกติ จำนวน 46 คน กลุ่มตัวอย่างได้มาจากการเลือกแบบเฉพาะเจาะจง ระยะเวลาในการดำเนินการวิจัย จำนวน 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 1 คาบเรียน คาบเรียนละ 50 นาที เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แผนการจัดการเรียนรู้ จำนวน 8 แผน มีค่าดัชนีความสอดคล้อง เท่ากับ 0.66 และแบบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษา มีค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.82 วิเคราะห์ข้อมูลโดยหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยด้วยการทดสอบค่าที

สรุปผลการวิจัย

ผลการวิจัยเรื่อง ผลของการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษาของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น สรุปได้ดังนี้

1. คะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนและหลังการทดลอง ของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจ และนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยวิธีปกติ มีดังนี้

1.1 คะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง หลังจากได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจ สูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยก่อนการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 43.77 คะแนน อยู่ในระดับต่ำกว่าเกณฑ์ หลังการทดลอง

1.2.2 คะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านสมรรถภาพ ของนักเรียนกลุ่มควบคุม หลังการทดลอง สูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยก่อนการทดลอง มีคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านสมรรถภาพเท่ากับ 7.77 คะแนน หลังการทดลอง มีคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านสมรรถภาพเท่ากับ 9.68 คะแนน

1.2.3 คะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านทักษะ ของนักเรียนกลุ่มควบคุม หลังการทดลอง สูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยก่อนการทดลอง มีคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านทักษะเท่ากับ 7.13 คะแนน หลังการทดลอง มีคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านทักษะเท่ากับ 11.04 คะแนน

1.2.4 คะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านคุณธรรมจริยธรรม ของนักเรียนกลุ่มควบคุม หลังการทดลอง สูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยก่อนการทดลอง มีคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านคุณธรรมจริยธรรม เท่ากับ 9.19 คะแนน หลังการทดลอง มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านคุณธรรมจริยธรรมเท่ากับ 13.45 คะแนน

1.2.5 คะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านคุณธรรมจริยธรรม ของนักเรียนกลุ่มควบคุม หลังการทดลอง สูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยก่อนการทดลอง มีคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติเท่ากับ 8.89 คะแนน หลังการทดลอง มีคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติเท่ากับ 11.86 คะแนน

2. ค่าเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจ สูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยวิธีปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 76.05 คะแนน อยู่ในระดับดีมาก นักเรียนกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 60.57 คะแนน อยู่ในระดับน่าพอใจ ส่วนคะแนนเฉลี่ยในแต่ละองค์ประกอบของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน 5 ด้าน มีดังนี้

2.1 คะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้ หลังการทดลอง ของนักเรียนกลุ่มทดลอง สูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักเรียนกลุ่มทดลอง มีคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้เท่ากับ 16.81 คะแนน นักเรียนกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้เท่ากับ 14.54 คะแนน

2.2 คะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านสมรรถภาพ หลังการทดลอง ของนักเรียนกลุ่มทดลอง สูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักเรียนกลุ่มทดลอง มีคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเท่ากับ 13.96 คะแนน นักเรียนกลุ่มควบคุม มีคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านสมรรถภาพเท่ากับ 9.68 คะแนน

2.3 คะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านทักษะ หลังการทดลอง ของนักเรียนกลุ่มทดลอง สูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเท่ากับ 14.12 คะแนน นักเรียนกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านทักษะเท่ากับ 11.04 คะแนน

2.4 คะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านคุณธรรมจริยธรรม หลังการทดลอง ของนักเรียนกลุ่มทดลอง สูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านคุณธรรมจริยธรรมเท่ากับ 15.33 คะแนน นักเรียนกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านคุณธรรมจริยธรรมเท่ากับ 13.45 คะแนน

2.5 คะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติ หลังการทดลอง ของนักเรียนกลุ่มทดลอง สูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติเท่ากับ 15.84 คะแนน นักเรียนกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติเท่ากับ 11.86 คะแนน

อภิปรายผลการวิจัย

ผลการวิจัยเรื่อง ผลของการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษาของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น มีประเด็นที่นำมาอภิปรายได้ดังนี้

1. คะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนและหลังการทดลอง ของนักเรียนกลุ่มทดลอง และนักเรียนกลุ่มควบคุม

จากการวิเคราะห์คะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนและหลังการทดลอง ของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจ และนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยวิธีปกติ พบว่าคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังการทดลอง ของนักเรียนกลุ่มทดลอง สูงกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานการวิจัยข้อที่ 1 เมื่อพิจารณาองค์ประกอบของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนทั้ง 5 ประการ ได้แก่ ด้านความรู้ ด้านสมรรถภาพ ด้านทักษะ ด้านคุณธรรมจริยธรรม และด้านเจตคติ พบว่าหลังการทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของทุกองค์ประกอบ สูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่าการจัดการเรียนการสอนพลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจเป็นอีกวิธีการหนึ่งที่สามารถพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษาของนักเรียนได้ดังนี้

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้ กิจกรรมที่ใช้สร้างแรงจูงใจที่ผู้วิจัยใช้ในการพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ด้านความรู้ของนักเรียนกลุ่มทดลองคือ การใช้คำถามกระตุ้นความสนใจ

ของนักเรียน เพื่อทำให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับทักษะกีฬาเทเบิลเทนนิส เช่น ประโยชน์ของการยืดเหยียดกล้ามเนื้อ การจับไม้ ท่าเตรียม การตีลูก การส่งลูก ทำให้นักเรียนเกิดความกระตือรือร้นในการเรียน ดังที่ มอว์และมอว์ (Maw and Maw, 1965) ได้เน้นความสำคัญของความกระตือรือร้นว่าเป็นองค์ประกอบสำคัญของการเรียนรู้ ความคิดสร้างสรรค์ และสุขภาพจิต ความต้องการพัฒนาตน (growth needs) ก็เป็นความต้องการที่ทำให้เกิดแรงจูงใจภายในในการเรียนการสอน ครูมีหน้าที่ที่จะสนับสนุนให้นักเรียนได้มีโอกาสค้นคว้า สำรวจและทดลองความสามารถของตน โดยจัดสิ่งแวดล้อมของห้องเรียนหรือจัดประสบการณ์ที่ท้าทายความอยากรู้อยากเห็นของนักเรียน

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านทักษะ กิจกรรมที่ใช้สร้างแรงจูงใจที่ผู้วิจัยใช้ในการพัฒนาผลสัมฤทธิ์ด้านทักษะของนักเรียนกลุ่มทดลองคือการจัดการแข่งขันเพื่อทำให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจในทักษะกีฬามากขึ้น ดังที่ การแข่งขัน (competition) การแข่งขันอาจแบ่งได้เป็นการแข่งขันกับตนเองและการแข่งขันกันเป็นกลุ่ม เฮอร์ลอค ได้ทดลองโดยนำนักเรียน 155 คน มาแบ่งเป็นสองกลุ่ม คือกลุ่มควบคุมกับกลุ่มทดลอง ทั้ง 2 กลุ่มนี้ไม่มีการได้เปรียบกันในเรื่องเพศ อายุ และความสามารถ ในกลุ่มทดลองยังแบ่งออกเป็นกลุ่มย่อย ๆ อีก ทุกคนในกลุ่มทดลองจะแข่งขันกันทำเลข วิธีการแข่งขันมี 2 แบบ คือแต่ละคนในกลุ่มทดลองจะแข่งขันกันเอง เพื่อชิงความเป็นเลิศในกลุ่ม และนำคะแนนของทุกคนในกลุ่มมารวมกัน เพื่อประกาศกลุ่มที่ชนะเลิศพร้อมทั้งรายชื่อของสมาชิกในกลุ่มนั้น ส่วนกลุ่มควบคุมไม่มีการแข่งขันทุกคนต่างทำของตนเองไป การทดลองใช้เวลา 1 สัปดาห์ ผลปรากฏว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนสูงกว่ากลุ่มควบคุม โดยเฉพาะกลุ่มทดลองในระดับประถมปีที่ 4 จะมีความพยายามมากกว่าชั้นประถมปีที่ 6 กลุ่มนักเรียนอ่อนจะพยายามมากกว่ากลุ่มนักเรียนเก่ง นอกจากนี้ยังมีผู้ทำการทดลองอีกหลายคนล้วนแต่สรุปผลคล้ายกันว่า การจูงใจในการเรียนวิชาในชั้นนั้น วิธีการแข่งขันให้ผลดีกว่าวิธีร่วมมือ

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านคุณธรรมจริยธรรม กิจกรรมที่ใช้สร้างแรงจูงใจที่ผู้วิจัยใช้ในการพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ด้านคุณธรรมจริยธรรมในเรื่องการตรงต่อเวลา และความรับผิดชอบของนักเรียนกลุ่มทดลอง คือครูผู้สอนสำรวจเครื่องแต่งกายของนักเรียน และตรวจสอบนักเรียนที่ขาดเรียน โดยให้หัวหน้าแถวแต่ละแถวเป็นผู้ตรวจสอบและรายงานให้ครูทราบ และครูกล่าวชมเชยนักเรียนที่เข้าเรียนและแต่งกายเรียบร้อย เพื่อทำให้นักเรียนเกิดความรู้สึกเห็นคุณค่าของตนเอง

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติ กิจกรรมที่ใช้สร้างแรงจูงใจที่ผู้วิจัยใช้ในการพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติของนักเรียนกลุ่มทดลองได้แก่

2. คะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองกับนักเรียนกลุ่มควบคุม

จากผลการวิจัยพบว่า คะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้เป็นเพราะนักเรียนกลุ่มทดลองได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจ ซึ่งการจัดการเรียนการสอนพลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจนี้ มีการใช้คำถามกระตุ้นความสนใจ การกล่าวชมเชย กล่าวคำพูดให้กำลังใจ การได้รับการยอมรับ การใช้กิจกรรมที่หลากหลาย รวมถึงการเสริมแรง ซึ่งเป็นแรงจูงใจที่ช่วยให้นักเรียนเกิดความเพลิดเพลินกับสิ่งที่ทำ รับรู้ความสามารถของตนเอง เห็นคุณค่าในตนเอง มีความมุ่งมั่น เกิดพฤติกรรมสนใจใฝ่เรียนใฝ่รู้ ซึ่งสอดคล้องกับแนวความคิดของ Deci and Ryan (1990) ที่อธิบายไว้ว่าเมื่อบุคคลรับรู้ความต้องการของตนเอง รับรู้ว่าคุณมีความสามารถและต้องการลิขิตตัวเอง (self-determination) และต้องการทำสิ่งที่ท้าทาย เป็นพฤติกรรมที่กระทำด้วยการเสาะแสวงหาด้วยตนเองโดยไม่ต้องรางวัลที่เป็นวัตถุ หรือการบังคับ และสอดคล้องกับแนวความคิดของ วิลลาสลักซ์น์ ชัววลลี (2542) ที่กล่าวว่า การที่บุคคลมีความสามารถและกำหนดได้ด้วยตนเอง มีความเป็นอิสระ เป็นตัวกระตุ้นทำให้เกิดพฤติกรรม และเกิดรางวัลภายในจากการกระทำ ถือว่าตนมีความสามารถ และเห็นคุณค่าตัวเอง ความต้องการดังกล่าวจะเป็นตัวกระตุ้นให้บุคคลขณะสิ่งที่ท้าทายในระดับที่เหมาะสมกับความสามารถของเขา และเมื่อบุคคลเกิดแรงจูงใจภายในในการเรียนรู้แล้ว เขาก็จะมีความสนใจและรู้สึกมีความเพลิดเพลินกับสิ่งที่เขาทำโดยปราศจากความรู้สึกกดดัน ดึงเครียดหรือวิตกกังวล ผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของ สุภากร อธิธิโชติ (2548) ที่ศึกษาผลของกระบวนการกลุ่มที่มีต่อแรงจูงใจภายในในการเรียนรู้ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โดยนักเรียนกลุ่มทดลองมีแรงจูงใจภายในในการเรียนรู้ สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับ อรพินทร์ ชูชม อัจฉรา สุขารมณ์ และ วิลลาสลักซ์น์ ชัววลลี (2542) กล่าวว่า การที่บุคคลมีความพึงพอใจและความต้องการที่จะแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ จากการเสาะแสวงหาตนเอง โดยต้องการมีความสามารถ ต้องการความมุ่งมั่นลิขิตด้วยตนเอง และเนื้อหาสาระในงานที่น่าสนใจและท้าทายจะเป็นแรงผลักดันที่ต้องแสดงพฤติกรรมโดยไม่ต้องอาศัยรางวัลจากภายนอก แต่ต้องเป็นสิ่งที่เกิดมาจากแรงจูงใจภายในในการเรียนรู้

ซึ่งแสดงว่าการจัดการเรียนรู้โดยใช้แรงจูงใจที่เน้นให้นักเรียนได้เรียนรู้ถึงความสามารถของตนเอง รู้ความสนใจที่เกิดจากภายในของตนเอง (intrinsic interest) ซึ่งองค์ประกอบดังกล่าวนี้สอดคล้องกับทฤษฎีแบนดูรา (Bandura, 1997) กล่าวว่า สามารถส่งเสริมให้บุคคลมีความสนใจที่คงทนที่จะทำกิจกรรมที่เขาู้สึกว่าเขามีความสามารถ และถ้าเป็นกิจกรรมที่เขาพึงพอใจและเพลิดเพลินทำให้เกิดความมุ่งมั่น เพื่อให้บรรลุความสามารถของตนเองได้ด้วยความเป็นอิสระโดย

ไม่ได้ถูกสิ่งใดมาบังคับ แต่มาจากตัวเองของเขาอย่างแท้จริง ด้วยเหตุนี้นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจ จึงสามารถทำกิจกรรมต่าง ๆ ด้วยความกระตือรือร้น ซึ่งเป็นผลมาจากแรงจูงใจภายในในการเรียนรู้ที่ทำให้บุคคลมีความรู้สึกเป็นอิสระ ตระหนักรู้ความต้องการและความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น ความรู้สึกเป็นอิสระในการทำกิจกรรมด้วยตนเอง ทำให้มีความมุ่งมั่น เพียรพยายามและมีความรู้สึกสนุกเพลิดเพลินกับกิจกรรมต่าง ๆ ที่ได้กระทำ ผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของ มณฑา อนุรัตน์สร (2546) ได้ศึกษาโปรแกรมพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเองที่มีต่อแรงจูงใจภายในในการเรียนรู้ด้วยตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสาธิตพิบูลบำเพ็ญมหาวิทยาลัยบูรพา ปีการศึกษา 2545 ซึ่งผลการศึกษาพบว่า โปรแกรมพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเองสามารถเพิ่มแรงจูงใจภายในในการเรียนรู้ด้วยตนเองของนักเรียนที่เข้ารับการทดลองในระยะหลังการทดลอง นอกจากนี้ผลการวิจัยยังสอดคล้องกับผลการวิจัยของ Moreno, González-Cutre, Martín-Albo et al. (2010) เรื่องแรงจูงใจและผลการปฏิบัติในพลศึกษา กลุ่มตัวอย่างแบ่งเป็น 3 กลุ่ม คือกลุ่มทดลองที่ 1 ให้แรงจูงใจเพิ่มขึ้นในด้านความเชื่อในความสามารถที่สามารถพัฒนาจากกระบวนการเรียนรู้ (incremental ability belief) กลุ่มทดลอง 2 ให้แรงจูงใจเพิ่มขึ้นในด้านความเชื่อความสามารถตนเอง (entity ability belief) และกลุ่มควบคุมที่ไม่ให้แรงจูงใจใด ๆ ผลการทดลองพบว่ากลุ่มทดลองที่ 1 มีผลคะแนนทางการปฏิบัติพลศึกษาในการทดสอบครั้งแรกสูงกว่าการทดสอบครั้งที่ 2 ขณะที่กลุ่มทดลองที่ 2 มีผลคะแนนเปรียบเทียบในการทดสอบครั้งแรกสูงกว่ากลุ่มที่ 1 และ 3 แต่คะแนนการปฏิบัติครั้งที่ 2 ไม่แตกต่างจากการทดสอบครั้งที่ 2 และต่ำกว่ากลุ่มที่ 1 ในคะแนนทดสอบครั้งที่ 2 และคะแนนของกลุ่มควบคุมมีคะแนนการทดสอบครั้งที่ 2 สูงขึ้นเพียงเล็กน้อยจากการทดสอบครั้งที่ 1 ซึ่งอธิบายได้ว่าการใช้แรงจูงใจเพื่อให้ผู้เรียนมีความเชื่อว่าการฝึกปฏิบัติการเรียนรู้สามารถทำให้เกิดความชำนาญทำให้ ผลการเรียนนั้นดีขึ้นได้

จากผลการวิจัยดังกล่าว แสดงว่าแรงจูงใจมีความสำคัญในการจัดการเรียนการสอน ดังที่ ณัฐพงษ์ ชูทัย (2556) ได้กล่าวไว้เป็นข้อ ๆ ดังนี้ 1) การจูงใจสามารถกระตุ้นให้ผู้เรียนเกิดความสนใจ ความตั้งใจ และมีมานะพยายามในการเรียน การเข้าร่วมกิจกรรม หรือการทำงานต่าง ๆ 2) การจูงใจช่วยให้ผู้เรียนประสบความสำเร็จในการเรียน และการทำงานตามความสามารถและความถนัดที่มีอยู่อย่างเต็มที่ 3) การจูงใจจะช่วยกระตุ้น และชี้แนะแนวทางให้ผู้เรียนประพฤตินในทางที่ดีงาม และเหมาะสม เช่น ประพฤติปฏิบัติตามกฎ ระเบียบ วินัย วัฒนธรรม และศีลธรรมอันดีงามของสังคม 4) การจูงใจจะช่วยให้ผู้เรียนได้ทราบระดับความสามารถของตนสำหรับกิจกรรมต่าง ๆ เช่น การสอบแข่งขันความรู้วิชาการ หรือการประกวดงานฝีมือ ทั้งยังมีโอกาสได้ทราบถึงความถนัดและความสามารถของตน อันนำไปสู่การพิจารณาในการตัดสินใจเลือกอาชีพในอนาคตด้วย 5) การจูงใจ

จะช่วยปลูกฝังเจตคติที่ดีต่อการเรียน การทำงาน หรือการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม และ 6) การจูงใจ จะช่วยให้ผู้เรียนทราบถึงความก้าวหน้าของตนเอง ซึ่งจะมีส่วนช่วยบุคคลให้พยายามรักษาและเพิ่มพูนความสามารถขึ้นไปเรื่อย ๆ และช่วยให้ทราบถึงข้อบกพร่องต่าง ๆ ของตนเอง และป้องกันไม่ให้มีความผิดพลาดเกิดขึ้นซ้ำอีก ตลอดจนการแก้ไขความผิดพลาดให้หมดไปด้วย

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะจากการทำวิจัย

1.1 ครูผู้สอนที่จะนำแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจไปใช้ ควรมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับแรงจูงใจในการเรียนรู้ กล่าวคือ ครูผู้สอนควรส่งเสริมให้นักเรียนมีอิสระทางความคิดและการกระทำ ตระหนักถึงความต้องการและความรู้สึกของบุคคลอื่น รวมถึงการให้ข้อมูลป้อนกลับในเชิงบวก สร้างบรรยากาศในการเรียนให้มีความสนุกสนานเป็นกันเอง เป็นต้น เพื่อให้การจัดการเรียนการสอนพลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจมีประสิทธิภาพมากขึ้น

1.2 ครูผู้สอนควรสร้างแรงจูงใจในการเรียนรู้ของนักเรียนอย่างต่อเนื่อง เพราะหลังจากสิ้นสุดการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจนี้แล้วไปสักระยะหนึ่ง นักเรียนอาจมีแรงจูงใจในการเรียนลดลงเนื่องจากไม่ได้รับการกระตุ้นอย่างต่อเนื่อง

1.3 จากการวิจัย พบว่าการทำให้นักเรียนเกิดแรงจูงใจในการเรียนพลศึกษาโดยการจัดการแข่งขันนั้น ครูผู้สอนควรกระทำด้วยความระมัดระวัง เพราะถึงแม้ว่าการแข่งขันจะมีคุณค่าในด้านการสร้างแรงจูงใจ แต่บางครั้งการแข่งขันระหว่างกลุ่มอาจนำมาซึ่งการแตกความสามัคคี เกิดความอิจฉาริษยา และอาจทำให้เกิดปัญหาทางอารมณ์ เช่น ความคับข้องใจ (frustration) ความวิตกกังวล (anxiety) หรือมีปมด้อย

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรนำแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจนี้ ไปประยุกต์ใช้ในการจัดการเรียนการสอนพลศึกษาวิชาอื่น ๆ เช่น แบดมินตัน เทนนิส เพื่อกระตุ้นนักเรียนให้มีความกระตือรือร้นมากขึ้น ซึ่งจะส่งผลให้นักเรียนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษาที่ดีขึ้น

2.2 ควรนำแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจนี้ ไปประยุกต์ใช้ในการจัดการเรียนการสอนพลศึกษาในระดับชั้นอื่น ๆ รวมถึงนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนอื่น ๆ ด้วย เพื่อเป็นการขยายผลการพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษาของนักเรียน อีกทั้งยังเป็นยืนยันคุณภาพของแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจนี้ด้วย

รายการอ้างอิง

ภาษาไทย

กมลรัตน์ หลาสว่างษ์. จิตวิทยาการศึกษาฉบับปรับปรุงใหม่. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร คณะศึกษาศาสตร์ ภาควิชาแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา, 2528.

กฤษริ คำชาย. จิตวิทยาสังคม. พิมพ์ครั้งที่ 3. ลพบุรี: ศูนย์การพิมพ์วิทยาลัยครูเทพสตรี, 2540.

จรูญ มิลินทร์. พจนานุกรมศัพท์ทางการศึกษา. กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิช, 2505

จิราภรณ์ ศิริประเสริฐ. ทักษะและเทคนิคการสอนพลศึกษาในระดับประถมศึกษา.

กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2543.

ชวาล แพร่ตฤกุล. เทคนิคการวัดผล. กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิช, 2516.

ชูศักดิ์ เจนประโคน. เทคนิคการสร้างแรงจูงใจ. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยรามคำแหง, 2541.

ณัฐพงษ์ ชูทัย. (2556) การจูงใจ [Online]. แหล่งที่มา:

<http://nuttapong.wikispaces.com/%E0%B8%AB%E0%B8%99%E0%B9%88%E0%B8%A7%E0%B8%A2%E0%B8%97%E0%B8%B5%E0%B9%88+3+%E0%B8%81%E0%B8%B2%E0%B8%A3%E0%B8%88%E0%B8%B9%E0%B8%87%E0%B9%83%E0%B8%88> [18 พฤษภาคม 2556)

เทพประสิทธิ์ กุลธวัชวิชัย. เอกสารคำสอนเทคนิคทักษะเกมมุลฐาน. กรุงเทพมหานคร: ภาควิชาพลศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2533.

ทรงศักดิ์ น้อยสินธุ์. กีฬาเทนนิส. กรุงเทพมหานคร: เจเนซิส เอ็ดดูเคชั่น, 2552.

นิธิตา สังคหะ. แรงจูงใจในการเลือกเข้าศึกษาในระดับปริญญาตรีของนักศึกษามหาวิทยาลัย

หอการค้าไทย. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทฉบับที่ ๓, มหาวิทยาลัยรามคำแหง, 2547.

บุญส่ง นิลแก้ว. การวัดผลทางการศึกษา. คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2519

ปรียากร วงศ์บุตรโรจน์. จิตวิทยาการบริหารงานบุคคล. กรุงเทพมหานคร: ศูนย์สื่อเสริมกรุงเทพ, 2544.

ปรียาพร วงศ์บุตรโรจน์. จิตวิทยาการบริหารงานบุคคล. กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ดี, 2544.

สุธรรม์ จันท์หอม. การวัดผลทางการศึกษาศึกษาศาสตร์. เชียงใหม่: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2519.

พจน์ สะเพียรชัย. การศึกษากับการพัฒนาเยาวชน. วารสารการศึกษาแห่งชาติ, 2526.

พงษ์ศักดิ์ พลพะวงศ์. ประวัติปรัชญาและหลักการพลศึกษา. กรุงเทพมหานคร: โอเดียนสโตร์, 2527.

- พรทิพย์ ถาวรจักษ์. องค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. วิทยานิพนธ์ ครุศาสตรมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2525
- พรรณราย ทรัพย์ะประภา. จิตวิทยาอุตสาหกรรม. กรุงเทพมหานคร: โอ เอส พรีนติ้ง เฮาส์, 2529.
- พวงเพชร วัชรอยู่ และ สุปราณี สนธิรัตน์. จิตวิทยาทั่วไป. กรุงเทพมหานคร: เนติกุลการพิมพ์, 2537.
- พวงแก้ว โคจรานนท์. บุคลิกภาพและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 5-6 ในโรงเรียนประถมศึกษาเทศบาลเมืองอุดรธานี. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2530.
- พาสนา จุรัตน์. จิตวิทยาการศึกษา. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2548.
- ไพศาล หวังพาณิชย์. การวัดผลการศึกษา. กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิช, 2526.
- ภัทรา นิคมานนท์. การประเมินผลการเรียน. กรุงเทพมหานคร: ทิพย์วิสุทธิ, 2543.
- โยธิน ศันสนยุทธ และคณะ. จิตวิทยา. กรุงเทพมหานคร: ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ, 2533.
- เขาวดี วิบูลย์ศรี. การประเมินโครงการ. บทความทางการประเมินโครงการ, กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2528.
- ล้วน สายยศ และ อังคณา สายยศ. เทคนิคการวัดผลการเรียนรู้. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพมหานคร: สุวีริยาสาส์น, 2539.
- วิลาสถักษณ □ ชั่ววัลลี. ผลของรางวัลภายนอกและการรับรู้ □ ความสามารถของตนที่มีต่อ □ อารมณ์ภายในของนักเรียน. กรุงเทพมหานคร: สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ □ มหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ, 2542.
- วิไลวรรณ ศรีสงคราม และคณะ. จิตวิทยาทั่วไป. กรุงเทพมหานคร: ทริปเพิ้ล กรุ๊ป, 2549.
- วิญญา วิศาลภรณ์. ความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบของบุคลิกภาพกับคะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พิษณุโลก. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2522.
- วรศักดิ์ เพียรชอบ. หลักและวิธีการสอนพลศึกษา. กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิช, 2527.
- วรศักดิ์ เพียรชอบ. รวมบทความเกี่ยวกับปรัชญา หลักการ วิธีสอน และการวัดเพื่อประเมินผลทางการศึกษา. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2548.
- วุฒิพล สกตเกียรติ. เอกสารประกอบการเรียนการสอนวิชา ER 644 การเรียนรู้ของผู้ใหญ่และผู้เรียนผู้ใหญ่. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยรามคำแหง คณะศึกษาศาสตร์ ภาควิชาการศึกษาต่อเนื่อง, 2546.
- ศิริวรรณ เสรีรัตน์และคณะ. องค์การและการจัดการ. กรุงเทพมหานคร: ไดมอนด์ อิน บิสซิเนส เวิร์ด, 2542.

- ศึกษาธิการ, กระทรวง. สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานพุทธศักราช 2551. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์สหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย, 2551.
- สมชาย ลีทองอินทร์. คู่มือการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ของสำหรับเจ้าหน้าที่สาธารณสุข: การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ. กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2546.
- สมยศ นาวิการ. ทฤษฎีองค์การ. กรุงเทพมหานคร: สามัคคีสาร (ดอกหญ้า), 2539.
- สุกัญญา สามปรู. จิตวิทยาการศึกษา. ขอนแก่น: สำนักวิทยบริการ มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2539.
- สุชา จันท์เอม. จิตวิทยาทั่วไป. กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิช, 2533.
- สุภัททา ปิณฑะแพทย์. พฤติกรรมมนุษย์และการพัฒนาตน. กรุงเทพมหานคร: ภาควิชาจิตวิทยาและการแนะแนว สถาบันราชภัฏสวนสุนันทา, 2542.
- สุภากร อธิโชคติ. ผลของกระบวนการกลุ่มที่มีต่อแรงจูงใจภายในในการเรียนรู้ออนไลน์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ (จิตวิทยาการให้คำปรึกษา)บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา, 2548.
- สุรัชย์ ขวัญเมือง. วิธีสอนและการวัดผลวิชาคณิตศาสตร์. กรุงเทพมหานคร: หน่วยศึกษานิเทศก์ กรมการฝึกหัดครู, 2522.
- เสริมศักดิ์ วิชาลาภรณ์ และ เอนกกุล กริแสง. หลักการเบื้องต้นของการวัดผลการศึกษา. กรุงเทพมหานคร: โครงการตำรามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พิษณุโลก, 2522.
- เสนาะ ดิยาวี. หลักการบริหาร. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2543.
- สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
กระทรวงศึกษาธิการ. เอกสารประกอบหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานพุทธศักราช 2551 แนวปฏิบัติการวัดและประเมินผลการเรียนรู้. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด, 2552.
- อรพินท์ ชูชม, อัจฉรา สุขารมณ และ วิลาศลักษณ์ ชวัลลี. (2542). รายงานการวิจัยการพัฒนาแบบวัดแรงจูงใจภายใน. กรุงเทพมหานคร: สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ.
- อัจฉรา สุขารมณ และ อรพินท์ ชูชม. การศึกษาเปรียบเทียบนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำกว่าระดับความสามารถกับนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปกติ. กรุงเทพมหานคร: สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2530.
- อารี พันมณี. จิตวิทยาสร้างสรรค์การเรียนการสอน. กรุงเทพมหานคร: ไชยโหมเอ็ดดิเคท, 2546.

อำนาจ เลิศขันธ์ดี. การทดสอบและการวัดผลทางการศึกษา. กรุงเทพมหานคร: อำนวยการพิมพ์, 2533.

อำนาจ แสงสว่าง. จิตวิทยาอุตสาหกรรม. กรุงเทพมหานคร: อักษราพิพัฒน์, 2536.

วารสารเพื่อการศึกษาและการเรียนรู้บนโลกออนไลน์

ภาษาอังกฤษ

Bolles, R. C. Theory of motivation. New York: Harper & Row, 1967.

Bycura, D., and Darst, P. W. 2001. Motivating middle school students: A health club approach. Journal of Physical Education, Recreation & Dance, 72(7), 24-29.

Cherrington, D. J. Organizational behavior: The management of individual and organizational performance. Boston: Aiiyn and Bacon, 1994.

Dafe, R. L. Management. New York: Harcourt College, 2000.

Deci, E., and Ryan, R.M. Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior. New York: Academic Press, 1990.

Dubrin. A. J., and Ireland, R. D. Management & organization. Cincinnati, OH: South Western, 1993.

Elias', H., and Rahman, W. R. A. 1995. Achievement Motivation of University Students. Pertanika J. Soc. Sci. & Hum.

Green, H. M. 1995. Influences of job type, job status, and gender on achievement motivation. Current Psychology.

Griffin, R. W. Management. New York: Houghton Mifin Company, 1999.

Griffin, M. R., and Maina, M. P. 2002. Focus on interest in high school physical education. Strategies, Supplement, 15(6), 11-12.

Grunbaum, J. A., Kann, L., Kinchen, S., Rass, J., Hawkin, J., and Lawry, R. 2003. Youth risk behavior surveillance-United States. MMWR Surveillance summary, 53(2), 1-96.

Hassandra, M., Goudas, M., and Chroni, S. 2003. Examining factors associated with intrinsic motivation in physical education: a qualitative approach. Psychology of Sport and Exercise, 4(3), 211-223.

Jewett, A.E., and Mullan, M. R. Curriculum design: Purposes and processes in physical education teaching-learning. Washington. DC: AAHPER. 1977.

- Moreno, J. A., Hellín, P., Hellín, G., Cervelló, E., and Sicillia, A. Assessment of Motivation in Spanish Physical Education Students: Applying Achievement Goals and Self-Determination Theories. The Open Education Journal [Online]. 2008. Available from: <http://www.benthamscience.com/open/toeduj/articles/V001/15TOEDUJ.pdf> [2013, April 20]
- Luthans, F. Organizational behavior. Singapore: McGraw-Hill, 1992.
- Maslow, A. H. Motivation and personality. New York: Harper & Row, 1954.
- Moreno, J. A., González-Cutre, D., Martín-Albo, J., and Cervelló, E. 2010. Motivation and performance in physical education: An experimental test. Journal of Sports Science and Medicine.
- Pangrazi, R. P. Dynamic Physical education for elementary school children. 3rd ed. BostonMS: Allyn and Bacon, 2001.
- Papaioannou, A. Perceptions of motivational climate, perceived competence, and motivation of students of varying age and sport experience. 1997. Perceptual and Motor Skills, 85, 419-430.
- Siedentop, D. Introduction to Physical Education, Fitness and Sport. 5th ed. Mountain View, CA: Mayfield Publishing, 2004.
- Theodosiou, A., and Papaioannou, A. Motivational climate, achievement goals and metacognitive activity in physical education and exercise involvement in out-of-school settings. Psychology of sport and exercise, 7 (July 2006): 361-379.
- U. S. Department of Health and Human Services. Healthy people 2010 [Online]. 2012. Available from: <http://www.cdc.gov/nchs/data/hpdata 2010/hp2010>[2012, November 19]
- Van Nersch, A., Threw, K., and Turner, I. Post-primary school pupil interest in physical education, age and gender differences. British Journal of Educational Psychology, 62 (1997), 56-72.
- Vroom, V. H. Work and motivation. Harmondsworth, England: Penguin, 1995.
- Ward, J. The Effects of choice on student motivation and physical activity behavior in Physical education. Master's thesis, Department of Exercise Sciences, Brigham Young University, 2005.
- Wilson, P. M., Rodgers, W. M., Fraser, S. N., and Murray, T. C. Relationship between exercise regulations and motivational consequences in university students. Research Quarterly for Exercise and Sport, 75 (2006), 81-91.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

1. รองศาสตราจารย์จักรพงษ์ เพชรเลิศอนันต์
สาขาวิชาพลศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
2. อาจารย์ ดร.เบญจมาศ เกิดมัลย์
สาขาวิชาพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรการสอน
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
3. อาจารย์ ดร.ถาวรินทร์ รัชย์บำรุง
ภาควิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี
4. อาจารย์ชลชัย อานามนารถ
คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยมหิดล
5. อาจารย์วิเชียร ธรรมานิมิตกุล
สาขาวิชาพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรการสอน
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ภาคผนวก ข

การเปรียบเทียบการจัดการเรียนรู้ผลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจกับโดยวิธีปกติ

ตารางเปรียบเทียบการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจกับโดยวิธีปกติ

การจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยวิธีปกติ		การจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจ ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	
กิจกรรมการเรียนรู้	ผลลัพธ์การเรียนรู้	กิจกรรมการเรียนรู้	ผลลัพธ์การเรียนรู้
การสอน		การสอน	
<p>1. ขั้นเตรียม (5 นาที)</p> <p>- ให้นักเรียนเข้าแถว</p> <p>ตอนเลิกแบ่งกลุ่มตาม เลขที่ สํารวจรายชื่อ</p> <p>ตรวจเครื่องแต่งกาย ให้ นักเรียนทำการอบอุ่น ร่างกาย และนำเข้าสู่ บทเรียน</p>	<p>- นักเรียนเกิดคุณธรรม จริยธรรมในเรื่องของ การมีระเบียบวินัย</p>	<p>1. ขั้นเตรียม (5 นาที)</p> <p>- ให้นักเรียนเข้าแถว</p> <p>ตอนเลิกแบ่งกลุ่มตาม เลขที่ สํารวจรายชื่อ</p> <p>ตรวจเครื่องแต่งกาย</p> <p>- ครูนำการออกกำลัง กาย ยืดเหยียดกล้ามเนื้อ และพูดถึงประโยชน์ ของการยืดเหยียด กล้ามเนื้อ</p> <p>- ครูกล่าวชมเชย นักเรียนที่เข้าเรียนตรง เวลาและกล่าวชม นักเรียนที่แต่งกาย เรียบร้อย</p> <p>- ครูพูดจูงใจให้ นักเรียนเห็น ความสำคัญ และ ประโยชน์ของการเรียน พลศึกษา</p>	<p>-นักเรียนเกิดคุณธรรม ในเรื่องของการตรงต่อ เวลา และความ รับผิดชอบ</p> <p>-นักเรียนเกิดความ พร้อมในการเรียนการ สอน และเป็นการเตรียม กล้ามเนื้อได้รับการฝึก นักเรียนเห็น ความสำคัญ คุณค่าของ การเรียนพลศึกษา</p>

ตารางเปรียบเทียบการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจกับ โดยวิธีปกติ (ต่อ)

การจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยวิธีปกติ		การจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจ ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	
กิจกรรมการเรียน	ผลลัพธ์การเรียนรู้	กิจกรรมการเรียน	ผลลัพธ์การเรียนรู้
การสอน		การสอน	
3. ชั้นสอน/สาธิต/ฝึกปฏิบัติ (10 นาที) เป็นการอธิบายการปฏิบัติและทักษะที่ถูกต้องโดยครูเป็นผู้สาธิตท่าทางและกระบวนการการปฏิบัติ ทักษะ แล้วให้นักเรียนได้ฝึกปฏิบัติทักษะนั้นตาม	- นักเรียนเกิดการเรียนรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับทักษะกีฬาต่าง ๆ - นักเรียนสามารถปฏิบัติทักษะได้ถูกต้อง	3. ชั้นสอน/สาธิต/ฝึกปฏิบัติ (10 นาที) เป็นการอธิบายการปฏิบัติ และทักษะที่ถูกต้องโดยครูเป็นผู้สาธิตท่าทางและกระบวนการการปฏิบัติ ทักษะ แล้วให้นักเรียนได้ฝึกปฏิบัติทักษะนั้นตามโดยครูใช้ภาพประกอบการสอน หรือสื่อวีดิทัศน์ในการฝึกทักษะและปฏิบัติ - ครูให้นักเรียนปฏิบัติทักษะที่ครูสอนซ้ำเพื่อให้เกิดความเข้าใจ และเป็นการพัฒนาทักษะ - ครูกล่าวชมเชยนักเรียนที่ปฏิบัติตามทักษะพูดในทางบวก เพื่อให้ นักเรียนมีความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง และเจตคติที่ดีในการเรียนพลศึกษา ครูให้รางวัล หรือคะแนนแก่นักเรียนที่ปฏิบัติทักษะได้ดี	- นักเรียนเกิดการเรียนรู้ความเข้าใจ เกี่ยวกับทักษะกีฬาต่างๆ - นักเรียนสามารถปฏิบัติทักษะได้ถูกต้อง นักเรียนเกิดการพัฒนาทักษะที่เกิดจากการปฏิบัติ นักเรียนเกิดเจตคติที่ดีในการปฏิบัติ และฝึกทักษะในการเรียนพลศึกษา

ตารางเปรียบเทียบการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจกับ โดยวิธีปกติ (ต่อ)

การจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยวิธีปกติ		การจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจ ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	
กิจกรรมการเรียนรู้	ผลลัพธ์การเรียนรู้	กิจกรรมการเรียนรู้	ผลลัพธ์การเรียนรู้
การสอน		การสอน	
<p>4. ช้่นนำป้ไอ้ (20 นาที) เป็นการให้นักเรียนแสดงทักษะหลังจากได้ฝึกปฏิบัติ ตามที่ครูสาธิตให้ดูแล้ว เพื่อให้เกิดการพัฒนาทักษะ</p>	<p>-นักเรียนเกิดการพัฒนาในด้านความตั้งใจในการฝึก</p> <p>-นักเรียนเกิดการพัฒนาในการออกกำลังกายและการเรียน</p> <p>-นักเรียนได้พัฒนาสมรรถภาพทางกายด้านร่างกาย</p>	<p>4. ช้่นนำป้ไอ้ (20 นาที) เป็นการให้นักเรียนแสดงทักษะหลังจากได้ฝึกปฏิบัติตามที่ครูสาธิตให้ดูแล้ว เพื่อให้เกิดการพัฒนาทักษะหลังจากฝึกทักษะแล้ว ครูให้นักเรียนทำกิจกรรมกลุ่ม โดยจัดให้มีการแข่งขันกัน โดยใช้ทักษะที่ได้ฝึกมาใช้ในการแข่งขัน ทำให้นักเรียนเกิดความสนุกสนาน ครูสังเกตนักเรียนที่ปฏิบัติ</p> <p>-ครูพูดในด้านบวกให้กำลังใจนักเรียนและให้แรงเสริม ได้แก่การชมเชย การพูดให้กำลังใจ</p> <p>- ครูให้รางวัล หรือคะแนนเป็นจู้งใจให้กับนักเรียน</p>	<p>-นักเรียนเกิดการพัฒนาคุณธรรมในด้านความตั้งใจในการฝึก</p> <p>-นักเรียนเกิดเจตคติที่ดีในการออกกำลังกายและการเรียน พลศึกษา</p> <p>-นักเรียนเกิดความเข้าใจในทักษะที่สำคัญในการเรียนพลศึกษา</p> <p>-นักเรียนได้พัฒนาสมรรถภาพทางกายด้านร่างกาย</p> <p>-นักเรียนเกิดความรู้สึที่ดีต่อตนเอง</p>

ตารางเปรียบเทียบการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจกับ โดยวิธีปกติ (ต่อ)

การจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยวิธีปกติ		การจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แรงจูงใจ ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	
กิจกรรมการเรียนรู้	ผลลัพธ์การเรียนรู้	กิจกรรมการเรียนรู้	ผลลัพธ์การเรียนรู้
การสอน		การสอน	
<p>5. ขั้นสรุปและสรุปปฏิบัติ (5 นาที)</p> <p>- ให้นักเรียนนั่งเป็นแถวตามกลุ่ม ตั้งคำถามในการฝึกปฏิบัติและประโยชน์</p> <p>-ครูสรุปการเรียนรู้ในวันนี้ และให้นักเรียนเตรียมตัวไปเรียนในวิชาต่อไป</p>	<p>นักเรียนเกิดความรู้และความเข้าใจในการปฏิบัติทักษะ</p>	<p>5. ขั้นสรุปและสรุปปฏิบัติ (5 นาที)</p> <p>- ให้นักเรียนนั่งเป็นแถวตามกลุ่ม ตั้งคำถามในการฝึกปฏิบัติและประโยชน์</p> <p>-ครูสรุปการเรียนรู้ในวันนี้ และให้นักเรียนเตรียมตัวไปเรียนในวิชาต่อไป</p> <p>- ให้นักเรียนไปทำความสะอาดร่างกาย</p> <p>-ครูพูดทางบวกให้กำลังใจนักเรียนและให้แรงเสริม ได้แก่ การชมเชย พุดชม</p> <p>- ให้นักเรียนไปซ้อมนอกเวลา และมีการบันทึกการเล่นกีฬา หรือฝึกทักษะ</p>	<p>นักเรียนเกิดความรู้และความเข้าใจในการปฏิบัติทักษะ</p> <p>นักเรียนเกิดเจตคติที่ดีต่อตนเอง เพื่อนร่วมชั้นเรียน ครูผู้สอน วิชาพลศึกษา การออกกำลังกาย และเล่นกีฬา</p>

ภาคผนวก ค

แผนการจัดการเรียนรู้ระยะยาว วิชาเทเบิลเทนนิส

ตารางแผนการจัดการเรียนรู้ระยะยาว วิชาเทเบิลเทนนิส

สัปดาห์ที่	หน่วยการเรียนรู้	กิจกรรมการเรียนรู้	หมายเหตุ
1	ปฐมนิเทศ	<ul style="list-style-type: none"> - ระเบียบการเรียนการสอน - ทดสอบก่อนเรียน - ศึกษาใบความรู้ประวัติกีฬาเทเบิลเทนนิส 	
2	ทดสอบสมรรถภาพทางกาย	<ul style="list-style-type: none"> - วิ่งเร็ว 50 เมตร (50 Meter Sprint) - ยืนกระโดดไกล (Standing Board Jump) - แรงบีบของมือ (Grip Strength) - ลูก – นั่ง 30 วินาที (30 Second Sit Up) - ดึงข้อ งอแขนห้อยตัว (Pull Up) - วิ่งเก็บของ (Shuttle Run) - นั่งงอตัว/งอตัวไปข้างหน้า (Trunk Forward Flexion) - วิ่งระยะไกล (Long Distance Run) 	
3	ทักษะพื้นฐาน	<ul style="list-style-type: none"> - การจับไม้ - ท่าเตรียม - การตีลูก 	
4		<ul style="list-style-type: none"> - การตีลูก 	
5		<ul style="list-style-type: none"> - การส่งลูก 	
6	เทคนิคการตีลูก	<ul style="list-style-type: none"> - การตีลูกหมุน 	
7		<ul style="list-style-type: none"> - การตีลูกเร็ว 	
8		<ul style="list-style-type: none"> - การตีลูกตบ - การตีลูกหยอด 	
9	เทคนิคการส่งลูก	<ul style="list-style-type: none"> - การส่งลูกหมุน - การรับลูกจากการส่ง 	

ตารางแผนการจัดการเรียนรู้ระยะยาว วิชาเทเบิลเทนนิส (ต่อ)

สัปดาห์ที่	หน่วยการเรียนรู้	กิจกรรมการเรียนรู้	หมายเหตุ
10	ทักษะกีฬา	- การทดสอบทักษะ	
11	ทดสอบสมรรถภาพทางกาย	- วิ่งเร็ว 50 เมตร (50 Meter Sprint) - ยืนกระโดดไกล (Standing Board Jump) - แรงบีบของมือ (Grip Strength) - ลูก – นั่ง 30 วินาที (30 Second Sit Up) - ดึงข้อ งอแขนห้อยตัว (Pull Up) - วิ่งเก็บของ (Shuttle Run) - นั่งงอตัว/งอตัวไปข้างหน้า (Trunk Forward Flexion) - วิ่งระยะไกล (Long Distance Run)	
12	สอบกลางภาค	- ทดสอบหลังเรียน	

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 1

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา สาระวิชาพลศึกษา

ระดับชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้อง 8	จำนวนนักเรียน 47 คน
ผู้สอน นางสาวพัชรี พูลสวัสดิ์	กิจกรรมพลศึกษา เทเบิลเทนนิส
หน่วยการเรียนรู้ ทักษะพื้นฐาน	แผนการเรียนรู้ที่ 1 การจับไม้ ทำเตรียม การตีลูก
สถานที่ สนามกีฬาโรงเรียนราชดำริ	เวลา 50 นาที

สาระการเรียนรู้ที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย เกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

- มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา
- พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ สม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

สาระสำคัญ

ทักษะพื้นฐานในกีฬาเทเบิลเทนนิส เป็นทักษะที่สำคัญ จะเป็นส่วนที่ทำให้สามารถเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิสได้สมบูรณ์ ถูกต้องและสนุกสนานขึ้น ซึ่งถ้ามีความเข้าใจดีทักษะพอแล้วจะช่วยให้สามารถพัฒนาทักษะให้สูงขึ้นได้เร็วและถูกต้องต่อไป

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. นักเรียนสามารถอธิบายทักษะพื้นฐานของกีฬาเทเบิลเทนนิสได้อย่างถูกต้อง
2. นักเรียนสามารถจับไม้ ปฏิบัติทำเตรียม และตีลูกในลักษณะต่างๆตามที่ครูกำหนดได้อย่างถูกต้อง
3. นักเรียนสามารถเคาะลูกหน้ามือ และหลังมือ ได้ 100 ครั้ง แบบต่อเนื่องในคาบเรียน
4. นักเรียนแสดงคุณลักษณะ โดยตั้งใจฝึกปฏิบัติทักษะต่างๆ ตามแบบฝึกที่ครูกำหนดให้
5. นักเรียนแสดงออกถึงความชอบในการกีฬาโดยมีสีหน้ายิ้มแย้มแจ่มใสในการเรียนกีฬาเทเบิลเทนนิส

ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

นักเรียน ร้อยละ 80 มีความรู้ในทักษะพื้นฐานของกีฬาเทเบิลเทนนิสและสามารถปฏิบัติท่าทางได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม จนทำให้เกิดความชอบ และความสนใจในกีฬาเทเบิลเทนนิส

สาระการเรียนรู้

การจับไม้เทเบิลเทนนิส

วิธีการจับไม้ป้องกัน

การจับไม้ป้องกันโดยทั่วไปจะมีวิธีการจับแบ่งออกเป็น 2 แบบ ดังนี้

1. การจับไม้แบบจับมือหรือแบบสากล SHAKE HAND



หลังมือ (แบ็คแฮนด์)



หน้ามือ (โฟร์แฮนด์)

การจับไม้ป้องกันวิธีนี้เป็นที่นิยมกันทั่วโลก มีวิธีการจับไม้ที่คล้ายกับการจับมือทักทายกันของชาวยุโรป สำหรับการจับไม้แบบนี้จะเหมาะสำหรับนักกีฬาที่ถนัดทั้งในการเล่นด้านหน้ามือหรือ Fore hand (โฟร์แฮนด์) และ ด้านหลังมือ หรือ Back hand (แบ็คแฮนด์) การจับไม้แบบสากลนี้จะเหมาะสำหรับการเล่นลูกต่างๆ ได้ง่าย โดยเฉพาะลูก TOP SPIN , BACK SPIN , SIDE SPIN ซึ่งการตีลูกต่างๆ นั้นจะไม่ฝืนธรรมชาติเหมือนกับการจับไม้แบบไม้จีน แต่การจับไม้แบบนี้มักจะมีจุดอ่อนอยู่ที่กลางลำตัวเพราะเมื่อคู่ต่อสู้ตี เข้ากลางตัว หากเพราะหากฝึกมาไม่ดีจะทำให้ตัดสินใจได้ยากกว่าจะใช้ด้านใดในการตีลูก

2. การจับไม้แบบจับปากกา หรือที่เรียกกันติดปากว่า “จับแบบไม้จีน” CHINESE STYLE



การจับไม้แบบนี้จะเป็นที่นิยมกันมากในนักกีฬาแถบทวีปเอเชียของเรา ได้แก่ จีน , ญี่ปุ่น , เกาหลี สำหรับนักกีฬาที่ใช้วิธีการจับไม้แบบนี้จะถนัดในการเล่นด้าน โฟร์แฮนด์ได้ดี เป็นพิเศษ อีกทั้งจะต้องมีการเคลื่อนที่ได้รวดเร็ว ซึ่งชาวเอเชียเราส่วนใหญ่ตัวเล็กและเคลื่อนที่ได้รวดเร็ว การจับไม้แบบไม้จีน จึงเป็นที่นิยมกันแถบเอเชีย สำหรับในยุโรปแล้วมีนักกีฬาที่ใช้วิธีการจับไม้แบบนี้กันน้อยมาก เพราะนักกีฬายุโรปมักจะเคลื่อนที่ได้ช้า และการจับไม้แบบไม้จีนจะมีจุดอ่อนอยู่ที่

ด้านหลังมือ **Back hand** เพราะไม่สามารถเล่นลูก **TOP SPIN** ได้สะดวก แต่ปัจจุบันนี้ประเทศจีน ได้คิดค้นวิธีการตีแบบใหม่ ซึ่งทำให้วิธีการจับไม้แบบไม้จีนมียุทธวิธีในการตีลูกได้รุนแรงและหลากหลาย มากยิ่งขึ้น คือการใช้ด้านหลังมือตี ซึ่งอดีตที่ผ่านมาด้านนี้จะไม่ค่อยได้ใช้ในการตีลูก นักกีฬาจีนยุคใหม่จะถนัดในการเล่นลูกหลังมือนี้น่ามากขึ้น เพราะสามารถเล่นได้ลูก **TOP SPIN** และลูกตบได้ดียิ่งด้วย นับเป็นอาวุธใหม่สำหรับนักกีฬาจีนไว้ปราบนักกีฬาที่จับไม้แบบสากล โดยเฉพาะ

ทำเตรียมความพร้อม



ทำเตรียมพร้อมในการเล่นป้องกัน

ก่อนรับลูกเสิร์ฟทุกครั้ง หรือก่อนจะตีลูกใดๆ ก็ตาม นักกีฬาจะต้องเตรียมท่าทางของตนเองให้พร้อมก่อนที่จะเล่นทุกครั้ง เพราะหากเรารักษาท่าทางก่อนเล่นได้ดีและถูกต้อง จะช่วยให้เราตีลูกต่างๆ ที่กำลังจะตีนั้น ได้ดีและมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น เมื่อตีลูกไปแล้ว นักกีฬาจะต้องกลับมา ยังทำเตรียมพร้อมเพื่อจะตีลูกต่อไปทุกๆ ครั้ง



สำหรับนักกีฬาที่ถนัดมือขวา ตำแหน่งที่ยืน ควรจะยืนอยู่ที่มุมด้านหลังมือ **BACK HAND** ของตนเอง และนักกีฬาที่ถนัดมือซ้าย ตำแหน่งที่ยืนควรจะยืนที่อยู่มุมด้านหลังมือ **BACK HAND** ของตนเอง



การฝึกทำการเตรียมพร้อมมีดังนี้

1. ขา

ระยะห่างระหว่างขาทั้ง 2 ข้าง อย่างน้อยที่สุดควรจะห่างเท่ากับระยะห่างระหว่างไหล่ทั้ง 2 ข้างของเรา ไม่ควรที่จะแคบกว่าระยะห่างของไหล่เรา เพราะจะทำให้ทรงตัวได้ไม่ดี เมื่อเคลื่อนที่จะทำให้เสียหลักได้ง่าย

2. ปลายเท้า

ปลายเท้าควรจะมีชีไปข้างหน้าตามธรรมชาติปกติของลักษณะเท้าของเรา ไม่ควรชี้ออกด้านข้างลำตัวหรือชี้เข้าหาลำตัว เพราะกีฬาป้องกันจะมีการเคลื่อนที่ในด้านข้างมากที่สุด และที่สำคัญน้ำหนักตัวของเราควรจะให้อยู่ที่บริเวณปลายเท้าตลอดเวลา ไม่ควรจะปล่อยให้น้ำหนักตกอยู่ที่ส้นเท้า เพราะจะทำให้เคลื่อนที่ได้ช้า

3. เข่า

ส่วนเข่า ควรจะย่อลงเล็กน้อยพอสมควร ห้ามตึง เพราะจะทำให้การเคลื่อนที่ไม่สะดวก และไม่มีแรงส่งเมื่อต้องก้าวเท้าในระยะทางไกลๆ

4. ลำตัว

ลำตัวควรเอียงไปด้านหน้า เพื่อให้สมดุลกับน้ำหนักที่ลงที่ปลายเท้าและหัวเข่า

5. มือ

มือที่ถือไม้ป้องกันควรจะอยู่ที่กลางลำตัว ปลายไม้ชี้ไปข้างหน้า และพร้อมที่จะใช้ทั้ง 2 ด้านตีลูก หากคู่ต่อสู้ตีมาด้านใดก็ตาม

6. ตา

สายตามองที่หน้าไม้ของผู้ต่อสู้, ทิศทางการเคลื่อนที่ของผู้ต่อสู้ และมองลูกตั้งแต่ออกจากหน้าไม้ของคู่ต่อสู้จนมากระทบหน้าไม้ของเรา ตลอดเวลา

ทักษะการตีลูก

การตี เป็นหัวใจสำคัญของการเล่นเทเบิลเทนนิส ไม่ว่าจะเป็นการตีเล่นเพื่อความสนุกสนาน (ตีโต้กัน) หรือการแข่งขันก็ตาม เพราะการตีคือทักษะที่ใช้สำหรับการเล่นเทเบิลเทนนิส การตีเทเบิลเทนนิสไม่ว่าจะจับในลักษณะใดก็ตาม จะแบ่งลักษณะการตีออกเป็น 2 ลักษณะ คือ การตีลูกหน้ามือ และการตีลูกด้วยหลังมือ ตามระเบียบหรือกติกาการเล่นการตีลูกเทเบิลเทนนิสนั้น จะต้องให้ลูกตกกระทบกับโต๊ะ 1 ครั้ง แล้วกระดอนขึ้นมาจึงตีได้ ฉะนั้นผู้ตีจำเป็นต้องจับจังหวะของการกระดอนให้ได้ว่า ลูกเมื่อกระทบโต๊ะแล้วลอยอย่างไร สำหรับลักษณะการตีที่ง่ายที่สุด ก็คือ การตีขณะที่ลูกกระดอนขึ้นสูงสุดแล้ว กำลังโค้งตกลงต่ำสำหรับลูกที่กระดอนธรรมดา แต่ถ้ากรณีที่ลูกกระดอนสูงมากๆ ควรรอให้ลูกตกลงต่ำจนได้ระดับความสูงของลูกสูงกว่าโต๊ะประมาณ 6-12 นิ้ว แล้วจึงตี

การตีลูกด้วยหน้ามือ (FORE HAND)

คือการใช้หน้าไม้ด้านในในการตีลูก สำหรับการจับไม้แบบการจับมือ หรือการตีลูกโดยเหวี่ยงไม้ก่อนตีไปด้านหลัง มาทางด้านมือที่จับไม้ ไม่ว่าจะเป็นการจับไม้แบบใดก็ตาม เรียกว่า การตีลูกด้านหน้ามือ ซึ่งลักษณะการตีลูกหน้ามือนี้อาจเหวี่ยงวงแขนและไม้ของการตีได้ยาวกว่าการตีด้วยหลังมือ



วิธีปฏิบัติ

1. จากท่าเตรียม ก้าวเท้าที่อยู่ตรงข้ามกับมือที่ถือไม้ไปข้างหน้าช่วงก้าวจะสั้นหรือยาวเพียงใดขึ้นอยู่กับตำแหน่งของลูกที่จะตี ถ้าไกลตัวก็ก้าวเท้าให้ยาวขึ้น
2. เหวี่ยงแขนที่ถือไม้ออกไปทางด้านหลังเฉียงกับลำตัวด้านเดียวกันกับมือที่ถือไม้ ข้อศอกงอเล็กน้อย เอียงไหล่ด้านตรงกันข้ามกับมือที่ถือไม้เข้าหาลูกที่จะตี
3. มืออีกข้างหนึ่งยกตั้งข้อศอกแนวระดับอก เพื่อให้เกิดการทรงตัวที่ดี
4. สายตาจับที่ลูก เหวี่ยงแขน-มือที่ถือไม้เข้าหาลูก ให้หันหน้าไม้สัมผัสลูกในลักษณะปิดเล็กน้อย เป็นมุมประมาณ 45 – 60 องศา กับแนวราบในขณะที่ลูกลอยสูงขึ้น 6 – 12 นิ้ว จากพื้น โต๊ะ ถ่ายน้ำหนักตัว จากเท้าหลังสู่เท้าหน้า
5. เมื่อไม้กระทบลูกแล้วให้ส่งผ่อนแรงตาม
6. กลับเข้าสู่ท่าเตรียมให้เร็วที่สุด

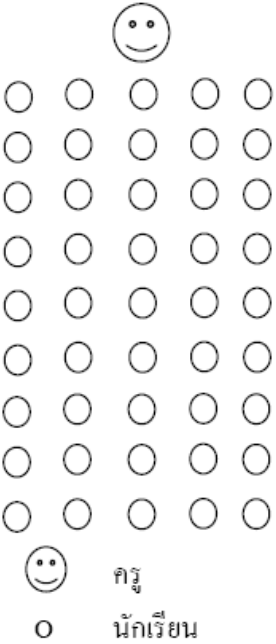
การตีลูกด้วยหลังมือ (BACK HAND)

คือการใช้หน้าไม้ด้านนอก หรือด้านหลังมือตีลูก สำหรับการจับไม้แบบจับมือ หรือการตีลูกเมื่อก่อนตีเหวี่ยงไม้ รอลูกด้านตรงข้ามกับมือที่ถือไม้ไม่ว่าจะเป็นการจับไม้แบบใดก็ตาม เรียกว่า การตีลูกด้วยหลังมือ การตีลูกด้วยหลังมือจะสังเกตเห็นว่าวงการเหวี่ยงจะสั้นกว่าการตีลูกหน้ามือ จึงเหมาะสำหรับการตีลูกตัด หรือลูกหมุนกลับ แต่ไม่ได้หมายความว่า การตีลูกด้วยหลังมือจะตีในลักษณะหมุนขึ้น และหมุนข้างไม้ได้



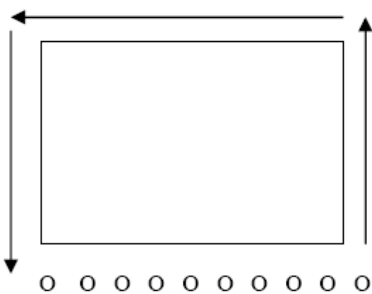
วิธีปฏิบัติ

1. จากท่าเตรียม ก้าวเท้าด้านเดียวกับมือที่ถือไม้ไปข้างหน้าหรือเข้าหาลูกที่จะตีสั้นหรือยาวเท่าใดขึ้นอยู่กับตำแหน่งของลูกที่จะตี
2. เหวี่ยงแขนที่ถือไม้มารอลูกด้านตรงข้ามกับมือที่ถือไม้เฉียงไปด้านหลังเล็กน้อย เอียงไหล่ด้านเดียวกับมือที่ถือไม้เข้าหาโต๊ะ
3. แขนอีกข้างหนึ่งกางออกข้างลำตัวเฉียงไปด้านหลังเล็กน้อย
4. สายตาจับที่ลูก เหลียงแขน-มือ ที่ถือไม้เข้าหาลูกโดยให้หน้าไม้กระทบหรือสัมผัสลูกในลักษณะปิดหน้าไม้ เป็นมุมประมาณ 30 – 60 องศา กับแนวราบในขณะที่ลูกลอยสูงประมาณ 6 – 12 นิ้ว จากพื้นโต๊ะพร้อมทั้งถ่ายน้ำหนักจากเท้าหลังสู่เท้าหน้า
5. เมื่อลูกกระทบกับไม้แล้วให้โบกไม้หรือเหวี่ยงแขนตาม
6. รีบกลับเข้าสู่สภาพเตรียมพร้อมให้เร็ว

ขั้นตอนการสอน	กิจกรรมโดยใช้แรงจูงใจ	ผลลัพธ์การเรียนรู้
<p>ขั้นนำ/ อบอุ่นร่างกาย (5 นาที)</p> <p>1. ครูให้นักเรียนเข้าแถว แถวละ 9 คน เรียงตามลำดับเลขที่โดยมีลักษณะดังนี้</p> <div style="text-align: center;">  </div> <p>2. ครูสำรวจเครื่องแต่งกายของนักเรียน และตรวจสอบนักเรียนที่ขาดเรียน โดยให้หัวหน้าแถวแต่ละแถวเป็นผู้ตรวจสอบ และรายงานให้ครูทราบ</p> <p>3. ครูกล่าวชมเชยนักเรียนที่เข้าเรียนและ แต่งตัวเรียบร้อย</p> <p>4. ครูสอบถามว่ามีนักเรียนที่ป่วยหรือไม่ พร้อมเรียนสำหรับคาบนี้หรือไม่</p> <p>5. ครูนำการออกกำลังกาย ยืดเหยียด กล้ามเนื้อ และให้นักเรียนตอบคำถาม เกี่ยวกับประโยชน์ของการยืดเหยียด กล้ามเนื้อ</p>	<p>- การกล่าวชมเชย</p> <p>- การใช้คำถามกระตุ้น ความสนใจของ นักเรียน</p>	<p>- นักเรียนเกิดคุณธรรม เรื่องการตรงต่อเวลา และความรับผิดชอบ</p> <p>- นักเรียนเห็นคุณค่า ในตนเอง</p> <p>- นักเรียนเกิดความรู้ เกี่ยวกับประโยชน์ ของการยืดเหยียด กล้ามเนื้อ</p>

ขั้นพัฒนาสมรรถภาพทางกาย (10 นาที)

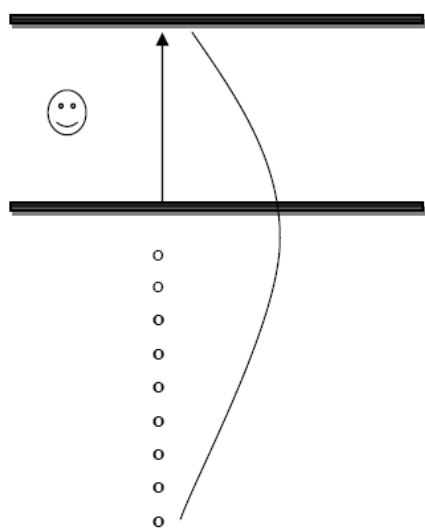
- ให้นักเรียนวิ่งรอบสนาม จำนวน 2 รอบ



- ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม 5 กลุ่ม

กลุ่มละ 9 คน

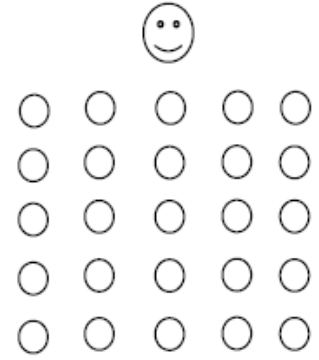
- ให้นักเรียนยืนหลังเส้นที่ครูกำหนดไว้
- เมื่อได้ยินเสียงสัญญาณ ให้นักเรียนคนแรกของแต่ละแถว วิ่งไปแตะเส้นที่กำหนดไว้ แล้ววิ่งกลับมาต่อท้ายแถวของตนเอง
- นักเรียนคนที่ 2 วิ่งไปแตะเส้นแล้ววิ่งกลับมาต่อท้ายแถว
- ทำเช่นนี้ไปเรื่อยๆจนกว่าจะครบทุกคน
- แถวใดทำครบ และจัดแถวเป็นระเบียบก่อน เป็นฝ่ายชนะ ในกลุ่มหากเพื่อนคนใดที่วิ่งแล้วมือไม่แตะเส้น ต้องวิ่งใหม่อีกครั้ง



- นักเรียนเกิดการพัฒนาสมรรถภาพทางกาย ด้านความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ

- นักเรียนเกิดการพัฒนาสมรรถภาพทางกาย ด้านความคล่องตัวและความเร็ว

- นักเรียนเกิดคุณธรรม จริยธรรม ด้านความซื่อสัตย์

<p>8. ครูเพื่อนในชั้นเรียนแสดงความยินดีกับนักเรียนทีมที่ชนะ โดยการปรบมือและกล่าวชมชมเชยทีละ 1 ประโยค และให้นักเรียนทีมที่ชนะกล่าวให้กำลังใจกับนักเรียนทีมอื่น</p> <p>9. ครูกล่าวชมเชยนักเรียนทุกคนที่ได้ปฏิบัติกิจกรรมตามที่ครูสั่ง</p>	<p>- การให้รางวัล</p> <p>- การให้กำลังใจ</p> <p>- การกล่าวชมเชย</p>	<p>- นักเรียนมีเจตคติที่ดีต่อตนเอง ครู เพื่อน และวิชาพลศึกษา</p> <p>- นักเรียนมีเจตคติที่ดีต่อตนเอง ครู เพื่อน และวิชาพลศึกษา</p>
<p>ขั้นสอน/สาธิต/ฝึกปฏิบัติ (10 นาที)</p>		
<p>1. ครูถามนักเรียนเกี่ยวกับประสบการณ์ในการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิสว่านักเรียนคนใดเคยเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิสมาบ้าง หากมีนักเรียนที่เคยเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส ครูให้นักเรียนคนดังกล่าวออกมาสาธิตท่าจับไม้ป้องกัน</p>		
<p>2. แบบฝึก: ทักษะพื้นฐาน</p>		
<p>2.1 ครูให้นักเรียนเข้าแถวหน้ากระดาน 5 แถว</p>		
<p style="text-align: center;">  </p>		
<p>2.2 ครูอธิบายทักษะพื้นฐานของกีฬาเทเบิลเทนนิส การจับไม้ ทำเตรียมการตีลูก โดยมีภาพที่แสดงวิธีการจับไม้ การยืนในท่าเตรียมที่ถูกต้องประกอบการอธิบาย</p>	<p>- การใช้ภาพเป็นสื่อในการสอน อธิบายและสาธิต</p>	<p>- นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับทักษะกีฬาเทเบิลเทนนิส</p>

<p>2.3 ครูให้นักเรียนฝึกปฏิบัติทักษะการจับไม้ การท่า ท่าเตรียม การตีลูก โดยมีภาพที่แสดงวิธีการฝึกทักษะที่ถูกต้องและให้นักเรียนปฏิบัติทักษะการตีพร้อมกันทุกคนตามเสียงสัญญาณนกหวีดจำนวน 10 ครั้ง</p> <p>2.4 ครูให้นักเรียนปฏิบัติทักษะการตีลูกหน้ามือและหลังมือ โดยให้นักเรียนตีพร้อมกันทุกคนตามเสียงสัญญาณนกหวีด จำนวน 10 ครั้ง</p> <p>3. แบบฝึก: ฝึกการสร้างความสัมพันธ์กับลูกปิงปอง</p>  <p>3.1 ครูให้นักเรียนจับคู่ นั่งหันหน้าเข้าหากัน</p> <p>3.2 ครูให้นักเรียนหัดโยนลูกปิงปองเล่น ทั้งโยนไปมา โยนให้ลูกปิงปองกระเด็น แล้วให้นักเรียนพยายามจับลูกปิงปองให้ได้ หรือ โยนลูกกระทบข้างฝา ให้ฝึกปฏิบัติซ้ำๆ เพื่อให้นักเรียนเกิดความเข้าใจในการฝึกปฏิบัติทักษะ</p> <p>4. ครูกล่าวชมเชยนักเรียนที่ปฏิบัติทักษะต่างๆ ได้ดี</p>	<p>- การใช้ภาพเป็นสื่อในการสอน การฝึกปฏิบัติทักษะ</p> <p>- การให้ฝึกปฏิบัติทักษะซ้ำๆ</p> <p>- การกล่าวชมเชย</p>	<p>- นักเรียนเกิดการพัฒนาทักษะจากการปฏิบัติ</p> <p>- ครูได้สังเกตการปฏิบัติทักษะของนักเรียนอย่างทั่วถึง และสามารถระบุข้อบกพร่องในการปฏิบัติได้ถูกต้อง</p> <p>- นักเรียนเกิดการพัฒนาทักษะจากการปฏิบัติ</p> <p>- นักเรียนเห็นคุณค่าในตนเอง</p>
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>5. ครูเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามเกี่ยวกับทักษะการจับไม้ ทำเตรียม และการตีลูก</p> <p><u>ขั้นนำไปใช้เล่นเพื่อความสนุกสนาน</u> (20 นาที)</p> <p>แบบฝึก: ฝึกการตีลูกด้านหลังมือ</p>  <p>ครูให้นักเรียนฝึกตีลูกปิงปองด้วยด้านหน้ามือ ให้นักเรียนนั่งลงกับพื้น โดยให้อีกฝ่ายหนึ่งกลิ้งลูกไปกับพื้น และให้อีกฝ่ายหนึ่งหัดตีลูกปิงปองให้โดน โดยใช้ด้านหลังมือในการตีลูก</p> <p>แบบฝึก: ฝึกการตีลูกด้านหน้ามือ</p>  <p>ครูให้นักเรียนหัดตีลูกด้วยด้านหน้ามือ เช่นเดียวกันกับการฝึกตีด้านหลังมือข้างต้น ซึ่งการฝึกลักษณะเช่นนี้จะช่วยให้นักเรียนเริ่มเรียนรู้การใช้ไม้ปิงปองตีลูก ด้วยด้านหลังมือและหน้ามือ นักเรียนจะรู้สึกว่าการเริ่มเล่นปิงปองนั้น ไม่ใช่สิ่งที่ยากเลย</p>	<p>- การใช้คำถามกระตุ้นความสนใจของนักเรียน</p>	<p>- นักเรียนเกิดความรู้เกี่ยวกับทักษะการจับไม้ ทำเตรียม และการตีลูก</p> <p>- นักเรียนได้พัฒนาทักษะจากภาคความรู้ไปสู่การปฏิบัติ</p>
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>1. ครูให้นักเรียนที่ปฏิบัติทักษะพื้นฐาน กีฬาเทเบิลเทนนิสได้ กล่าวให้กำลังใจ และเสริมแรงให้กับเพื่อนร่วมชั้นเรียนที่ยังปฏิบัติไม่ถูกต้อง</p> <p>2. ครูให้นักเรียน Cool Down ขั้นสรุปและสรุปปฏิบัติ (5 นาที)</p>	<p>- การให้กำลังใจ</p>	<p>- นักเรียนมีเจตคติที่ดีต่อตนเอง ครู เพื่อนและวิชาพลศึกษา</p>
<p>1. ครูพูดให้กำลังใจนักเรียน และให้เสริมแรง</p> <p>2. ครูผู้สอนนัดหมายในนักเรียนไปฝึกซ้อมการปฏิบัติทำพื้นฐานของกีฬาเทเบิลเทนนิสที่ได้เรียนไปในวันนี้</p> <p>3. ครูให้นักเรียนคิมน้ำ ล้างมือล้างหน้า เข้าห้องน้ำ เพื่อเตรียมตัวเรียนวิชาต่อไป</p>	<p>- การให้กำลังใจ</p>	<p>- นักเรียนมีเจตคติที่ดีต่อตนเอง ครู เพื่อนและวิชาพลศึกษา</p>

การวัดและประเมินผล

วิธีวัด/สิ่งที่วัด

สังเกตพฤติกรรม/การเข้าร่วมทำกิจกรรม การปฏิบัติการบริหารร่างกาย และการปฏิบัติขณะมอบหมายงานให้ฝึกปฏิบัติ

เครื่องมือวัด

แบบสังเกตพฤติกรรม การเข้าร่วมกิจกรรมและการบริหารร่างกาย

อุปกรณ์และสื่อการเรียนการสอน

1. ไม้ปิงปอง
2. ลูกปิงปอง
3. โต๊ะปิงปอง 5 ตัว

เกณฑ์การวัด

1. นักเรียนได้คะแนนจากแบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม ไม่ต่ำกว่าร้อยละ 80 จึงจะถือว่าผ่านเกณฑ์การประเมิน

หนังสืออ้างอิง

เทพประสิทธิ์ กุศลวิชิตชัย. (2555). เทคนิคและทักษะกีฬาเทเบิลเทนนิสขั้นสูง. กรุงเทพฯ:

สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บันทึกหลังการสอน

ผลการสอน

ปัญหาและอุปสรรค

ข้อเสนอแนะในคาบเรียนถัดไป

ลงชื่อ.....

(.....)

วันที่.....เดือน.....ปี.....

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 2
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา สาระวิชาพลศึกษา

ระดับชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้อง 8	จำนวนนักเรียน 47 คน
ผู้สอน นางสาวพัชรี พูลสวัสดิ์	กิจกรรมพลศึกษา เทเบิลเทนนิส
หน่วยการเรียนรู้ ทักษะพื้นฐาน	แผนการเรียนรู้ที่ 2 การตีลูก
สถานที่ สนามกีฬาโรงเรียนราชดำริ	เวลา 50 นาที

สาระการเรียนรู้ที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย เกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

- มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา
- พ 3.2 ระวังการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ สม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติการมีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

สาระสำคัญ

ทักษะพื้นฐานในกีฬาเทเบิลเทนนิส เป็นทักษะที่สำคัญ จะเป็นส่วนที่ทำให้สามารถเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิสได้สมบูรณ์ ถูกต้องและสนุกสนานขึ้น ซึ่งถ้ามีความเข้าใจดีทักษะพอแล้วจะช่วยให้สามารถพัฒนาทักษะให้สูงขึ้นได้เร็วและถูกต้องต่อไป

สาระสำคัญ

ทักษะพื้นฐานในกีฬาเทเบิลเทนนิส เป็นทักษะที่สำคัญ จะเป็นส่วนที่ทำให้สามารถเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิสได้สมบูรณ์ ถูกต้องและสนุกสนานขึ้น ซึ่งถ้ามีความเข้าใจดีทักษะพอแล้วจะช่วยให้สามารถพัฒนาทักษะให้สูงขึ้นได้เร็วและถูกต้องต่อไป

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. นักเรียนสามารถอธิบายทักษะการตีลูกหน้ามือและหลังมือได้อย่างถูกต้อง
2. นักเรียนสามารถตีลูกหน้ามือ และหลังมือกระทบผนัง มากกว่า 25 ครั้ง ในเวลา 30 วินาทีได้อย่างถูกต้อง
3. นักเรียนสามารถเดาะลูกหน้ามือ และหลังมือ ได้ 100 ครั้ง แบบต่อเนื่อง ในคาบเรียน
4. นักเรียนแสดงคุณลักษณะ โดยตั้งใจฝึกปฏิบัติทักษะต่างๆ ตามแบบฝึกที่ครูกำหนดให้
5. นักเรียนแสดงความกระตือรือร้นในการเรียนกีฬาเทเบิลเทนนิส

ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

นักเรียน ร้อยละ 80 มีความรู้ในทักษะการตีลูกหน้ามือ และหลังมือของกีฬาเทเบิลเทนนิส และสามารถปฏิบัติท่าทางได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม

สาระการเรียนรู้

ทักษะการตีลูก

การตี เป็นหัวใจสำคัญของการเล่นเทเบิลเทนนิส ไม่ว่าจะเป็นการตีเล่นเพื่อความสนุกสนาน (ตีโต้กัน) หรือการแข่งขันก็ตาม เพราะการตีคือทักษะที่ใช้สำหรับการเล่นเทเบิลเทนนิส การตีเทเบิลเทนนิส ไม่ว่าจะจับในลักษณะใดก็ตาม จะแบ่งลักษณะการตีออกเป็น 2 ลักษณะ คือ การตีลูกหน้ามือ และการตีลูกด้วยหลังมือ ตามระเบียบหรือกติกาการเล่นการตีลูกเทเบิลเทนนิสนั้น จะต้องให้ลูกตกกระทบกับโต๊ะ 1 ครั้ง แล้วกระดอนขึ้นมาจึงตีได้ ฉะนั้นผู้ตีจำเป็นต้องจับจังหวะของการกระดอนให้ได้ว่า ลูกเมื่อกระทบโต๊ะแล้วลอยอย่างไร สำหรับลักษณะการตีที่ง่ายที่สุด ก็คือ การตีขณะที่ลูกกระดอนขึ้นสูงสุดแล้ว กำลังโค้งตกลงต่ำสำหรับลูกที่กระดอนธรรมดา แต่ถ้ากรณีที่ลูกกระดอนสูงมากๆ ควรรอให้ลูกตกลงต่ำจนได้ระดับความสูงของลูกสูงกว่าโต๊ะประมาณ 6-12 นิ้ว แล้วจึงตี

การตีลูกด้วยหน้ามือ (FORE HAND)

คือการใช้หน้าไม้ด้านในในการตีลูก สำหรับการจับไม้แบบการจับมือ หรือการตีลูกโดยเหวี่ยงไม้ก่อนตีไปด้านหลัง มาทางด้านมือที่จับไม้ ไม่ว่าจะเป็นการจับไม้แบบใดก็ตาม เรียกว่า การตีลูกด้านหน้ามือ ซึ่งลักษณะการตีลูกหน้ามือนี้ สามารถเหวี่ยงวงแขนและไม้ของการตีได้ยาวกว่าการตีด้วยหลังมือ



วิธีปฏิบัติ

1. จากท่าเตรียม ก้าวเท้าที่อยู่ตรงข้ามกับมือที่ถือไม้ไปข้างหน้าช่วงก้าวจะสั้นหรือยาวเพียงใดขึ้นอยู่กับตำแหน่งของลูกที่จะตี ถ้าไกลตัวก็ก้าวเท้าให้ยาวขึ้น
2. เหวี่ยงแขนที่ถือไม้ออกไปทางด้านหลังเฉียงกับลำตัวด้านเดียวกันกับมือที่ถือไม้ ข้อศอกงอเล็กน้อย เอียงไหล่ด้านตรงกันข้ามกับมือที่ถือไม้เข้าหาลูกที่จะตี
3. มืออีกข้างหนึ่งยกตั้งข้อศอกแนวระดับอก เพื่อให้เกิดการทรงตัวที่ดี

4. สายตาจับที่ลูก เหยียงแขน-มือที่ถือไม้เข้าหาลูก ให้หันหน้าไม้สัมผัสลูกในลักษณะปิดเล็กน้อย เป็นมุมประมาณ 45 – 60 องศา กับแนวราบในขณะที่ลูกลอยสูงขึ้น 6 – 12 นิ้ว จากพื้นโต๊ะ ถ่ายน้ำหนักตัว จากเท้าหลังสู่เท้าหน้า
5. เมื่อไม้กระทบลูกแล้วให้ส่งผ่อนแรงตาม
6. กลับเข้าสู่ท่าเตรียมให้เร็วที่สุด

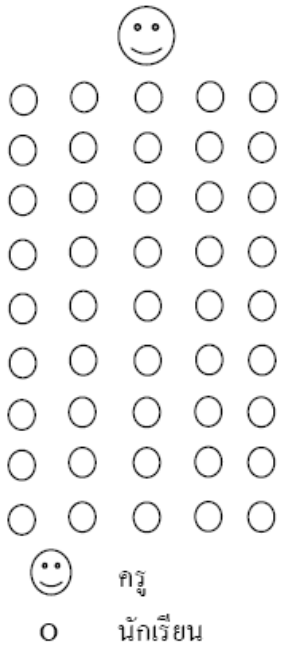
การตีลูกด้วยหลังมือ (BACK HAND)

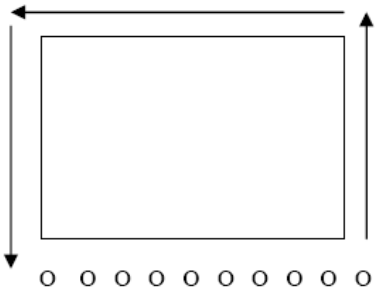

คือการใช้หน้าไม้ด้านนอก หรือด้านหลังมือตีลูก สำหรับการจับไม้แบบจับมือ หรือการตีลูกเมื่อก่อนตีเหยียงไม้ รอลูกด้านตรงข้ามกับมือที่ถือไม้ไม่ว่าจะเป็นการจับไม้แบบใดก็ตาม เรียกว่า การตีลูกด้วยหลังมือ การตีลูกด้วยหลังมือจะสังเกตเห็นว่าวงการเหยียงจะสั้นกว่าการตีลูกหน้ามือ จึงเหมาะสำหรับการตีลูกตัด หรือลูกหมุนกลับ แต่ไม่ได้หมายความว่า การตีลูกด้วยหลังมือจะตีในลักษณะหมุนขึ้น และหมุนข้างไม้ได้





วิธีปฏิบัติ

1. จากท่าเตรียม ก้าวเท้าด้านเดียวกับมือที่ถือไม้ไปข้างหน้าหรือเข้าหาลูกที่จะตีสั้นหรือยาวเท่าใดขึ้นอยู่กับตำแหน่งของลูกที่จะตี
 2. เหยียงแขนที่ถือไม้มารอลูกด้านตรงข้ามกับมือที่ถือไม้เฉียงไปด้านหลังเล็กน้อย เอียงไหล่ด้านเดียวกับมือที่ถือไม้เข้าหาโต๊ะ
 3. แขนอีกข้างหนึ่งกางออกข้างลำตัวเฉียงไปด้านหลังเล็กน้อย
 4. สายตาจับที่ลูก เหยียงแขน-มือ ที่ถือไม้เข้าหาลูก โดยให้หน้าไม้กระทบหรือสัมผัสลูกในลักษณะปิดหน้าไม้ เป็นมุมประมาณ 30 – 60 องศา กับแนวราบในขณะที่ลูกลอยสูงประมาณ 6 – 12 นิ้ว จากพื้นโต๊ะพร้อมทั้งถ่ายน้ำหนักจากเท้าหลังสู่เท้าหน้า
 5. เมื่อลูกกระทบกับไม้แล้วให้โบกไม้หรือเหยียงแขนตาม
- รีบกลับเข้าสู่สภาพเตรียมพร้อมให้เร็ว

ขั้นตอนการสอน	กิจกรรมโดยใช้แรงจูงใจ	ผลลัพธ์การเรียนรู้
<p>ขั้นนำ/อบอุ่นร่างกาย (5 นาที)</p> <p>1. ครูให้นักเรียนเข้าแถว แถวละ 9 คน เรียงตามลำดับเลขที่ โดยมีลักษณะดังนี้</p> <div style="text-align: center;">  </div> <p>2. ครูสำรวจเครื่องแต่งกายของนักเรียนและตรวจสอบนักเรียนที่ขาดเรียน โดยให้หัวแถวแต่ละแถวเป็นผู้ตรวจสอบและรายงานให้ครูทราบ</p> <p>3. ครูกล่าวชมเชยนักเรียนที่เข้าเรียนและแต่งตัวเรียบร้อย</p> <p>4. ครูสอบถามว่ามีนักเรียนที่ป่วยหรือไม่ พร้อมเรียนสำหรับคาบนี้หรือไม่</p> <p>5. ครูนำการออกกำลังกาย ยืดเหยียดกล้ามเนื้อ และให้นักเรียนตอบคำถามเกี่ยวกับประโยชน์ของการยืดเหยียดกล้ามเนื้อ</p>	<p>- การกล่าวชมเชย</p> <p>- การใช้คำถามกระตุ้นความสนใจของนักเรียน</p>	<p>- นักเรียนเกิดคุณธรรมในเรื่องของการตรงต่อเวลาและความรับผิดชอบ</p> <p>- นักเรียนเห็นคุณค่าในตนเอง</p> <p>- นักเรียนเกิดความรู้เกี่ยวกับประโยชน์ของการยืดเหยียดกล้ามเนื้อ</p>

<u>ขั้นพัฒนาสมรรถภาพทางกาย (10 นาที)</u>		
<p>1. ให้นักเรียนวิ่งรอบสนาม จำนวน 2 รอบ</p> 		<p>- นักเรียนเกิดการพัฒนสมรรถภาพทางกายด้านความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ</p>
<p>2. ครูให้นักเรียนวิ่งซิกแซกระยะทาง 5 เมตร 1 รอบ</p> 		<p>- นักเรียนเกิดการพัฒนสมรรถภาพทางกายด้านความคล่องตัว การทรงตัวและความเร็ว</p>
<p>3. ให้นักเรียนแข่งขันวิ่งซิกแซกระยะทาง 5 เมตร 1 รอบ เป็นแถว แถวใดวิ่งจำนวนคนครบและนั่งเป็นระเบียบเรียบร้อยก่อนเป็นทีมชนะ โดยทีมชนะจะได้คะแนนสะสมในการทำกิจกรรม</p>	<p>- การให้รางวัล - การตั้งเป้าหมายเพื่อเป็นแรงผลักดัน - การแข่งขันเป็นการสร้างสิ่งเร้า ทั้งภายในและภายนอกตัวบุคคล - การทำงานเป็นทีม - การกล่าวชมเชย</p>	<p>- นักเรียนเกิดการพัฒนสมรรถภาพทางกายด้านความคล่องตัว การทรงตัวและความเร็ว - นักเรียนเจตคติที่ดีต่อตนเอง ครู เพื่อนและวิชาพลศึกษา</p>
<p>4. ครูกล่าวชมเชยนักเรียนทุกคน ที่ได้ปฏิบัติกิจกรรมตามที่ครูสั่งและให้นักเรียนปรบมือให้กับทีมที่ชนะและปรบมือให้กับตัวเอง</p>	<p>- การฝึกปฏิบัติซ้ำ</p>	<p>- นักเรียนเกิดความเข้าใจและเป็นการพัฒนาทักษะ</p>
<p>5. ครูทบทวนการจับไม้ การปฏิบัติท่าเตรียมและการตีลูกโดยให้นักเรียนทำท่ามือเปล่าด้านหน้ามือ 10 ครั้ง</p>		

<p>6. ครูกล่าวชมเชยนักเรียนทุกคน ที่ได้ปฏิบัติกิจกรรมตามที่ครูตั้ง</p> <p>ขั้นสอน/สาธิต/ฝึกปฏิบัติ (10 นาที)</p> <p>1. ครูสาธิตการเดาะลูกปิงปองด้วยหน้ามือ หลังมือ และสลับหน้ามือกับหลังมือ ด้วยวิธี ที่ถูกต้องให้นักเรียนดู พร้อมกับการอธิบายการ จับไม้ทำยื่นที่ถูกต้องประกอบการสาธิต ครู ให้นักเรียนสอบเดาะลูกปิงปองด้วยหน้ามือ หลังมือ และสลับหน้ามือและหลังมือ 100 ครั้ง โดยลูกปิงปองตกได้ 1 ครั้ง นับต่อเนื่อง หากตกครั้งที่ 2 ให้นักเรียนกลับไปฝึก และมา สอบนอกเวลา (เกณฑ์การให้คะแนน ตาม เอกสารแนบท้าย)</p>  <p>2. ครูกล่าวชมเชยนักเรียนที่ปฏิบัติทักษะ ต่างๆ ได้ดี และพูดทบทวนให้กำลังใจ นักเรียน และให้แรงเสริม</p> <p>3. ครูอธิบายการฝึกตีโต้กับผนัง</p> <p>4. ครูสาธิตการตีโต้กับผนังให้นักเรียนดู</p>  <p>5. แบบฝึก: ฝึกการนั่งตีโต้กับผนัง</p>	<p>- การกล่าวชมเชย</p> <p>- การใช้ภาพเป็นการสื่อ ในการสอนสาธิต และ การฝึกปฏิบัติ</p> <p>- การกล่าวชมเชย</p> <p>- การพูดทบทวน</p> <p>- การเสริมแรง</p>	<p>- นักเรียนเจตคติที่ดีต่อตนเอง ครู เพื่อนและ วิชาพลศึกษา</p> <p>- นักเรียนเกิดความรู้ ความเข้าใจในการฝึก ปฏิบัติในวิธีที่ถูกต้องใน ทักษะกีฬาเทเบิลเทนนิส</p> <p>- นักเรียนเจตคติที่ดีต่อตนเอง ครู เพื่อนและ วิชาพลศึกษา</p>
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>5.1 ครูให้นักเรียนทุกคน นั่งหันหน้าเข้าผนัง</p> <p>5.2 ครูให้นักเรียนหัดตีลูกปิงปองกับผนัง โดยการนั่ง เริ่มต้นจากการใช้ด้านหน้ามือก่อน พยายามให้นักเรียน ตีโต้ได้หลาย ๆ ลูกขึ้น</p> <p>5.3 เมื่อฝึกตีด้วยหน้ามือแล้ว ครูให้นักเรียนฝึกตีนั่ง ตีโต้กับผนังด้วยด้านหลังมือ และเมื่อนักเรียนเกิดความคล่องและชำนาญขึ้นแล้ว ครูสามารถประยุกต์ให้นักเรียนนั่งตีโต้กับผนัง โดยสลับการตีด้วยหน้ามือและหลังมือสลับกันไป</p> <p>6. ครูกล่าวชมเชยนักเรียนที่สามารถปฏิบัติได้ถูกต้อง และกล่าวให้กำลังใจและเสริมแรงให้กับนักเรียน ที่ยังปฏิบัติไม่ถูกต้อง</p> <p>7. แบบฝึก : ฝึกการยืนตีโต้กับผนัง</p> 	<p>- การให้เริ่มต้นการฝึกจากสิ่งง่ายไปหาสิ่งที่ยากขึ้น ตามลำดับขั้น เพื่อตอบสนองความสำเร็จในการฝึกทักษะ</p> <p>- การฝึกปฏิบัติซ้ำๆ</p> <p>- การฝึกที่มีความยากขึ้น กระตุ้นให้เกิดความพยายามตามลำดับขั้น เพื่อตอบสนองความสำเร็จ</p> <p>- การกล่าวชมเชย</p> <p>- การให้กำลังใจ</p> <p>-การมีกิจกรรมการฝึกหลากหลาย</p> <p>-กิจกรรมที่ท้าทายเพิ่มขึ้น</p>	<p>- นักเรียนเกิดความรู้ความเข้าใจในการฝึกทักษะปฏิบัติทักษะกีฬา เทเบิลเทนนิส</p> <p>- นักเรียนเกิดการพัฒนาจากทักษะที่ปฏิบัติ</p> <p>- นักเรียนเกิดการพัฒนาทักษะจากการฝึกปฏิบัติ</p> <p>- นักเรียนนำความรู้ความเข้าใจในการฝึกทักษะ นำมาประยุกต์เพื่อเพิ่มขีดความสามารถของตัวเอง</p> <p>- นักเรียนเจตคติที่ดีต่อตนเอง ครู เพื่อนและวิชาพลศึกษา</p> <p>- นักเรียนความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับทักษะกีฬา เทเบิลเทนนิส</p>
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>7.1 ครูให้นักเรียนทุกคน ยืนหันหน้าเข้าผนัง</p> <p>7.2 ครูให้นักเรียนหัดตีลูกปิงปองกับผนัง โดยการยืน เริ่มต้นจากการใช้ด้านหน้ามือก่อน พยายามให้นักเรียน ตีได้ได้หลายๆ ลูกขึ้น</p> <p>7.3 เมื่อฝึกตีด้วยหน้ามือแล้ว ครูให้นักเรียนฝึกยืนตีได้กับผนังด้วยด้านหลังมือ และเมื่อนักเรียนเกิดความคล่องและชำนาญขึ้นแล้ว ครูสามารถประยุกต์ให้นักเรียนยืนตีได้กับผนังโดยสลับการตีด้วยหน้ามือและหลังมือสลับกันไป</p>	<p>- การเริ่มฝึกจากสิ่งที่ยังง่ายไปหาสิ่งที่ยากขึ้นตามลำดับ</p> <p>- การฝึกปฏิบัติซ้ำๆ</p> <p>- การฝึกที่มีความยากขึ้นกระตุ้นให้เกิดความพยายามตามลำดับขึ้นเพื่อตอบสนองความสำเร็จ</p>	<p>- นักเรียนเกิดการพัฒนาทักษะจากการปฏิบัติ</p> <p>- นักเรียนนำความรู้ความเข้าใจในการฝึกทักษะ นำมาประยุกต์เพื่อเพิ่มขีดความสามารถของตัวเอง</p> <p>- ครูได้สังเกตการปฏิบัติทักษะของนักเรียนอย่างทั่วถึง และสามารถระบุข้อบกพร่องในการปฏิบัติได้ถูกต้อง</p> <p>- นักเรียนเจตคติที่ดีต่อตนเอง ครู เพื่อนและวิชาพลศึกษา</p>
<p>8. ครูกล่าวชมเชยนักเรียนที่สามารถปฏิบัติได้ถูกต้อง และกล่าวให้กำลังใจและเสริมแรงให้กับนักเรียนที่ยังปฏิบัติไม่ถูกต้อง</p>	<p>- การกล่าวชมเชย</p> <p>- การให้กำลังใจ</p>	<p>- นักเรียนเกิดเจตคติที่ดีต่อตนเอง ครู เพื่อน และวิชาพลศึกษา</p>
<p>ขั้นนำไปใช้เล่นเพื่อความสนุกสนาน (20 นาที)</p>		
<p>1. ครูให้นักเรียนทำการแข่งขัน โดยใช้แบบฝึกยืนตีได้กับผนัง โดยจับเวลา 30 วินาที ครูให้นักเรียนตีได้ผนังด้วยหน้ามือ หลังมือและหน้ามือสลับหลังมือให้ได้จำนวนครั้งมากที่สุดนักเรียนคนใดได้ตีได้กับผนังได้จำนวนผนังมากที่สุดเป็นผู้ชนะ โดยทีมชนะจะได้คะแนนสะสมในการทำกิจกรรม</p>	<p>- การแข่งขันเป็นตัวกระตุ้นพฤติกรรมเป็นแรงผลักดันเพื่อให้ไปถึงเป้าหมาย</p> <p>- การให้รางวัล</p>	<p>- นักเรียนเกิดการพัฒนาทักษะจากการปฏิบัติ</p>
<p>2. ครูให้นักเรียนในห้องกล่าวชมเชยนักเรียนที่เป็นผู้ชนะและกล่าวให้กำลังใจและเสริมแรงให้กับนักเรียนที่ยังปฏิบัติไม่</p>	<p>- การกล่าวชมเชย</p> <p>- การให้กำลังใจ</p> <p>- การเสริมแรง</p>	<p>- นักเรียนเห็นคุณค่าในตนเอง ครู เพื่อนและวิชาพลศึกษา</p>

<p>ถูกต้อง</p> <p>3. ครูให้นักเรียน Cool Down</p> <p>ขั้นสรุปและสรุปปฏิบัติ (5 นาที)</p> <p>1. ครูพูดให้กำลังใจนักเรียน และให้แรงเสริม</p> <p>2. ครูผู้สอนนัดหมายในนักเรียน ไปฝึกซ้อมการตีลูกที่ได้เรียนไปในวันนี้</p> <p>3. ครูให้นักเรียนมีสมุดบันทึกการเรียนวิชาพลศึกษา เพื่อบันทึกการฝึกทักษะ หรือเล่นกีฬานอกเวลาเรียน</p> <p>4. ครูให้นักเรียนดื่มน้ำ ล้างมือล้างหน้า เข้าห้องน้ำ เพื่อเตรียมตัวเรียนวิชาต่อไป</p>	<p>- การให้กำลังใจ</p> <p>- การให้มีสมุดบันทึกเป็นการกระตุ้นพฤติกรรมในการนำความรู้ในทักษะที่ได้เรียนมาใช้นอกเหนือเวลาเรียน</p>	<p>- นักเรียนได้พัฒนาทักษะจากภาคความรู้ไปสู่การปฏิบัติ</p> <p>- นักเรียนนำความรู้ความเข้าใจในทักษะที่ได้ฝึกไปประยุกต์ใช้ในการเล่นกีฬาเพื่อเพิ่มขีดความสามารถให้ตัวเอง</p>
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

การวัดและประเมินผล

วิธีวัด/สิ่งที่วัด

สังเกตพฤติกรรม/การเข้าร่วมทำกิจกรรม การปฏิบัติการบริหารร่างกาย และการปฏิบัติขณะมอบหมายงานให้ฝึกปฏิบัติ

เครื่องมือวัด

แบบสังเกตพฤติกรรม การเข้าร่วมกิจกรรมและการบริหารร่างกาย

อุปกรณ์และสื่อการเรียนการสอน

1. ไม้ปิงปอง
2. ลูกปิงปอง
3. โต๊ะปิงปอง 5 ตัว

เกณฑ์การวัด

1. นักเรียนได้คะแนนจากแบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม ไม่ต่ำกว่าร้อยละ 80 จึงจะถือว่าผ่านเกณฑ์การประเมิน
2. นักเรียนสามารถตีลูกหน้ามือ และหลังมือ ได้ 100 ครั้ง

การปฏิบัติ	คะแนน
ปฏิบัติได้ 100 ครั้ง โดยลูกปิงปองไม่ตก	10
ปฏิบัติได้ 100 ครั้ง โดยลูกปิงปองตก 1 ครั้ง	9
ปฏิบัติได้ 100 ครั้ง โดยลูกปิงปองตก 2 ครั้ง	8
ปฏิบัติได้ 100 ครั้ง โดยลูกปิงปองตก 3 ครั้ง	7
ปฏิบัติได้ 100 ครั้ง โดยลูกปิงปองตก 4 ครั้ง	6
ปฏิบัติได้ 100 ครั้ง โดยลูกปิงปองตก 5 ครั้ง	5
โดยลูกปิงปองตกมากกว่า 5 ครั้ง	4

หนังสืออ้างอิง

เทพประสิทธิ์ กุศลวัชวิชัย. (2555). เทคนิคและทักษะกีฬาเทเบิลเทนนิสขั้นสูง. กรุงเทพฯ:

สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บันทึกหลังการสอน

ผลการสอน

ปัญหาและอุปสรรค

ข้อเสนอแนะในคาบเรียนถัดไป

ลงชื่อ.....

(.....)

วันที่.....เดือน.....ปี.....

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 3

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา สาระวิชาพลศึกษา

ระดับชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้อง 8	จำนวนนักเรียน 47 คน
ผู้สอน นางสาวพัชรี พูลสวัสดิ์	กิจกรรมพลศึกษา เทเบิลเทนนิส
หน่วยการเรียนรู้ ทักษะพื้นฐาน	แผนการเรียนรู้ที่ 3 การส่งลูก
สถานที่ สนามกีฬาโรงเรียนราชดำริ	เวลา 50 นาที

สาระการเรียนรู้ที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย เกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

- มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา
- พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ สม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติการมีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา
- พ 4.1 เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรคและการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

สาระสำคัญ

ทักษะพื้นฐานในกีฬาเทเบิลเทนนิส เป็นทักษะที่สำคัญ จะเป็นส่วนที่ทำให้สามารถเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิสได้สมบูรณ์ ถูกต้องและสนุกสนานขึ้น ซึ่งถ้ามีความเข้าใจดีทักษะพอแล้วจะช่วยให้สามารถพัฒนาทักษะให้สูงขึ้นได้เร็วและถูกต้องต่อไป

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. นักเรียนสามารถอธิบายทักษะการส่งลูกหน้ามือและหลังมือได้อย่างถูกต้อง
2. นักเรียนสามารถส่งลูกหน้ามือ และหลังมือ ได้อย่างถูกต้อง
3. นักเรียนสามารถส่งลูกหน้ามือ และหลังมือ ให้ลูกปิงปองลงจุดที่กำหนดไว้ได้ 3 ครั้ง จาก 5 ครั้ง
4. นักเรียนแสดงคุณลักษณะ โดยตั้งใจฝึกปฏิบัติทักษะการส่งลูก ตามแบบฝึกที่ครูกำหนดให้
5. นักเรียนแสดงออกถึงความชอบในการกีฬาโดยมีสีหน้ายิ้มแย้มแจ่มใสในการเรียนกีฬาเทเบิลเทนนิส

ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

นักเรียน ร้อยละ 75 มีความรู้ในทักษะการส่งลูกหน้ามือ และหลังมือของกีฬาเทเบิลเทนนิส และสามารถปฏิบัติท่าทาง ได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม

สาระการเรียนรู้

ทักษะการส่งลูก

การส่งลูก หรือการเสิร์ฟเป็นทักษะที่สำคัญมากที่สุดในการเล่นเทเบิลเทนนิส เพราะการเริ่มเล่นจะต้องเริ่มโดยการส่งหรือการเสิร์ฟก่อนทุกครั้ง เมื่อการส่งมีผลคือถูกต้องตามระเบียบหรือกติกาการเล่นแล้วจึงจะตีโต้กันได้ ฉะนั้นผู้เล่นควรจะพยายามทำความเข้าใจและฝึกหัดให้ถูกต้อง เพื่อให้การเล่นเทเบิลเทนนิสพัฒนาทักษะได้เร็วขึ้น กล่าวคือ เมื่อผู้เล่นส่งหรือเสิร์ฟข้ามไปได้ดีมีประสิทธิภาพ ผู้ที่รับจำเป็นต้องหาวิธีรับลูกกลับไปให้ได้ ซึ่งจะเป็นการแข่งขันกันพัฒนาทักษะการเล่นในตัวเอง สำหรับการส่งหรือการเสิร์ฟลูกนั้น สามารถส่งลูกโดยใช้หน้ามือหรือหลังมือก็ได้ ไม่ว่าจะจับไม้แบบใด

การส่งลูกด้วยหน้ามือ

คือการตีลูกจากการโยนด้วยมือที่ไม่ได้ถือไม้ขึ้นเป็นแนวตรงและตีลูกให้ตกกระทบโต๊ะด้านผู้ตี 1 ครั้ง ก่อนจะกระดอนข้ามตาข่ายไปลงยังแดนฝ่ายตรงข้าม (โต๊ะด้านฝ่ายตรงข้าม) โดยใช้หน้าไม้ด้านในกระทบลูก หรือจากการเหวี่ยงไม้จากด้านที่มือถือเฉียงเข้าหาโต๊ะ เรียกว่า "การส่งลูกด้วยหน้ามือ" ไม่ว่าจะเป็นการจับไม้แบบใดก็ตาม



วิธีปฏิบัติ

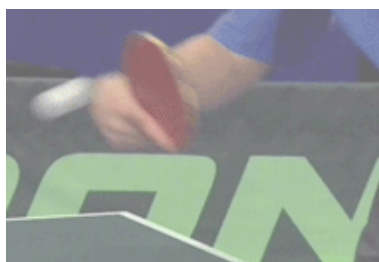
1. จากท่าเตรียม ใช้มือที่ไม่ได้จับไม้ ถือลูกแล้วก้าวเท้าตรงกันข้ามกับด้านของมือที่ถือไม้ไปข้างหน้า 1 ก้าว ให้ไหล่ด้านมือที่ถือลูกเฉียงเข้าหาโต๊ะ
2. ยกมือที่ถือลูกแบออกให้ลูกอยู่บนฝ่ามือ เหวี่ยงมือที่ถือไม้ไปด้านหลัง พร้อมทั้งโยนลูก
3. สายตาจับที่ลูก เหวี่ยงไม้ตีลูกให้หน้าไม้กระทบลูกในลักษณะปิดหน้าไม้เป็นมุม 45-60 องศา

องศา

4. เมื่อไม้กระทบลูกแล้วปาด หรือเคลื่อนหน้าไม้เข้าหาโต๊ะ ให้ลูกตกลง 1 ครั้ง แล้วกระดอนข้ามตาข่ายไปตกบนโต๊ะด้านฝ่ายตรงกันข้าม
5. รีบเคลื่อนที่กลับสู่ท่าเตรียม พร้อมทั้งจะรับลูกจากการตีของฝ่ายตรงกันข้าม

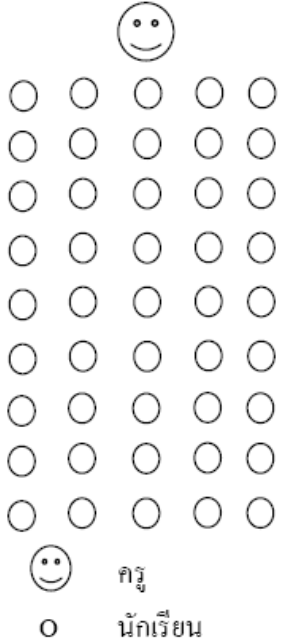


การส่งลูกด้วยหลังมือ

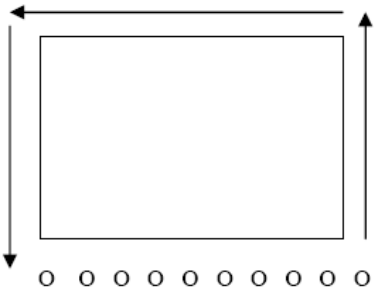
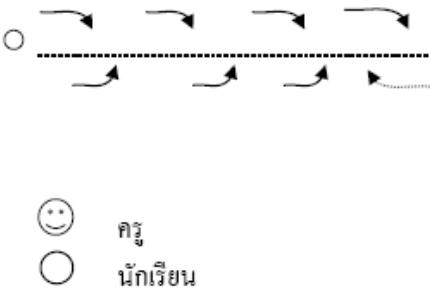
คือการตีลูกจากการโยนให้ตกบนด้านผู้ตี 1 ครั้ง แล้วกระดอนข้ามไปตกยังโต๊ะฝ่ายตรงกันข้าม โดยการเริ่มจากการเงี้ยวไม้รอก่อนตีไปทางด้านตรงข้ามกับมือที่ถือไม้ ไม่ว่าจะเป็นการจับไม้แบบใดก็เรียกว่า "การส่งลูกด้วยหลังมือ"




วิธีปฏิบัติ

1. จากท่าเตรียม ก้าวเท้าข้างเดียวกับมือที่ถือไม้ไปข้างหน้า 1 ก้าว และเอียงไหล่เข้าหาโต๊ะเล็กน้อย มืออีกข้างหนึ่งถือลูก แขนมือออก
2. โยนลูก โดยเอื้อมมือเลยไปอยู่ใกล้ขอบโต๊ะพร้อมทั้งเหวี่ยงมือที่ถือไม้ไปด้านหลังไหล่ตรงข้าม
3. สายตาจับที่ลูกตลอดเวลา โบกไม้ตีลูกให้หน้ามือปะทะลูกในลักษณะบิดเอียง เป็นมุมประมาณ 45-60 องศา
4. เมื่อหน้าไม้ปะทะลูกแล้ว ให้ส่งแรงออกไปหาโต๊ะ ให้ลูกกระดอนลงพื้นโต๊ะ 1 ครั้ง แล้วลอยข้ามไปตกยังโต๊ะด้านของฝ่ายตรงกันข้าม
5. ส่งหน้าไม้ตามแรงฟ้อนแขนกลับมาสู่ท่าเตรียม

ขั้นตอนการสอน	กิจกรรมโดยใช้แรงจูงใจ	ผลลัพธ์การเรียนรู้
<p>ขั้นนำ/อบอุ่นร่างกาย (5 นาที)</p> <p>1.ครูให้นักเรียนเข้าแถว แถวละ 9 คน เรียงตามลำดับเลขที่โดยมีลักษณะดังนี้</p> <div style="text-align: center;">  <p>  ครู  นักเรียน </p> </div> <p>2. ครูสำรวจเครื่องแต่งกายของนักเรียนและตรวจสอบ นักเรียนที่ขาดเรียนโดยให้หัวหน้าแถว แต่ละแถวเป็นผู้ตรวจสอบ และรายงานให้ครูทราบ</p> <p>3. ครูกล่าวชมเชยนักเรียนที่เข้าเรียนและแต่งตัวเรียบร้อย</p> <p>4. ครูสอบถามว่ามีนักเรียนที่ป่วยหรือไม่พร้อม เรียนสำหรับคาบนี้หรือไม่</p> <p>5. ครูนำการออกกำลังกาย ยืดกล้ามเนื้อและให้นักเรียนตอบคำถามเกี่ยวกับประโยชน์ของการยืดกล้ามเนื้อ</p>	<p>-การกล่าวชมเชย</p> <p>-การใช้คำถามกระตุ้นความสนใจของนักเรียน</p>	<p>-นักเรียนเกิดคุณธรรมในเรื่องของการตรงต่อเวลาและความรับผิดชอบ</p> <p>-นักเรียนเห็นคุณค่าในตนเอง</p> <p>-นักเรียนเกิดความรู้เกี่ยวกับประโยชน์ของการยืดเหยียดกล้ามเนื้อ</p>

<p>ขั้นพัฒนาสมรรถภาพทางกาย (10 นาที)</p> <p>1. ให้นักเรียนวิ่งรอบสนามจำนวน 2 รอบ</p>  <p>2. ครูให้นักเรียนวิ่งซิกแซกระยะทาง 5 เมตร 1 รอบ</p>  <p>3. ให้นักเรียนแข่งขันวิ่งซิกแซกระยะทาง 5 เมตร 1 รอบ เป็นแถว แถวใดวิ่งจำนวนคนครบและนั่งเป็นระเบียบเรียบร้อยก่อนเป็นทีมชนะ โดยทีมชนะจะได้คะแนนสะสมในการทำกิจกรรม</p> <p>4. ครูกล่าวชมเชยนักเรียนทุกคนที่ปฏิบัติกิจกรรมตามที่ครูสั่งและให้นักเรียนปรบมือให้กับทีมที่ชนะและปรบมือให้ตัวเอง</p> <p>5. ครูทบทวนการจับไม้ การปฏิบัติท่าเตรียมและการตีลูกโดยให้นักเรียนทำท่ามือเปล่าด้านหน้ามือ 10 ครั้ง</p> <p>6. ครูกล่าวชมเชยนักเรียนทุกคนที่ปฏิบัติกิจกรรมตามที่ครูสั่ง</p>	<p>-นักเรียนเกิดการพัฒนาสมรรถภาพทางด้านความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ</p> <p>-นักเรียนเกิดการพัฒนาสมรรถภาพทางกายด้านความคล่องตัวการทรงตัวและความเร็ว</p> <p>-การแข่งขันเป็นการสร้างสิ่งร่าทั้งภายในและภายนอกตัวบุคคล</p> <p>-การทำงานเป็นทีม</p> <p>-การให้รางวัล</p> <p>-การกล่าวชมเชย</p> <p>-การให้รางวัล</p> <p>-การได้รับการยอมรับ</p> <p>-การฝึกปฏิบัติซ้ำๆ</p> <p>-การกล่าวชมเชย</p>	<p>-นักเรียนเกิดการพัฒนาสมรรถภาพทางด้านความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ</p> <p>-นักเรียนเกิดการพัฒนาสมรรถภาพทางกายด้านความคล่องตัวการทรงตัวและความเร็ว</p> <p>-นักเรียนเกิดการพัฒนาสมรรถภาพทางกายด้านความคล่องตัวการทรงตัวและความเร็ว</p> <p>-นักเรียนมีเจตคติที่ดีต่อตนเอง ครู เพื่อน และวิชาพลศึกษา</p> <p>-นักเรียนเกิดความรู้ความเข้าใจในทักษะที่ได้เรียนผ่านไป</p> <p>-นักเรียนมีเจตคติที่ดีต่อตนเอง ครู เพื่อน และวิชาพลศึกษา</p>
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>ขั้นสอน/สาธิต/ฝึกปฏิบัติ (10 นาที)</p> <p>1. ครูอธิบายหลักการปฏิบัติทักษะการส่งลูกหรือการเสิร์ฟ ด้านหน้ามือและหลังมือ ประกอบรูปภาพในการส่งลูก หรือการเสิร์ฟ ด้านหน้ามือและหลังมือ</p> <p>2. ครูสาธิตการส่งลูกหรือการเสิร์ฟ ด้วยหน้ามือและหลังมือ</p> <p>3. ครูให้นักเรียนฝึกปฏิบัติทำการส่งลูกตามเสียงสัญญาณนกหวีดของครู จำนวน 10 ครั้ง</p> <p>4. ครูให้นักเรียนทุกคนนั่งหันหน้าเข้าผนัง ฝึกปฏิบัติทักษะการส่งลูก โดยเริ่มจากการส่งลูกด้านหลังมือและหน้ามือ เป็นเวลา 3 นาที</p>  <p>5. เมื่อฝึกนั่งส่งลูกด้วยหลังมือและหน้ามือกับผนังแล้วครูให้นักเรียนจับคู่ นั่งหันหน้าเข้าหากันฝึกนั่งส่งลูกด้วยหลังมือ โดยคนหนึ่งเป็นฝ่ายส่งลูก อีกคนหนึ่งตีกลับมาเพื่อส่งลูกใหม่ เมื่อส่งลูกครบ 5 ครั้ง แล้วจึงเปลี่ยนให้อีกฝ่ายเป็นผู้ส่ง เมื่อฝึกการส่งลูกด้วยหลังมือแล้ว ครูให้นักเรียนฝึกการส่งลูกด้วยหน้ามือ</p>	<p>-การสอนหรือการฝึกปฏิบัติ ที่มากกว่า 1 กิจกรรม หรือมีความหลากหลายในการฝึก</p> <p>-การให้นักเรียนเริ่มต้นการฝึกจากสิ่งง่ายไปหาสิ่งที่ยากขึ้นตามลำดับ เพื่อเป็นการตอบสนองความสำเร็จในการฝึกทักษะ</p>	<p>-นักเรียนเกิดความรู้ความเข้าใจในการส่งลูก</p> <p>-นักเรียนเกิดการพัฒนาจากทักษะที่ได้ปฏิบัติ</p>
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------

 <p>6. ครูให้นักเรียนยืนประจำโต๊ะฝึกส่งลูกด้วยหลังมือและหน้ามือ เช่นเดียวกับการฝึกจับคู่ นั่งส่งลูก</p>		<p>-นักเรียนเกิดความรู้การส่งลูก</p>
 <p>7. ครูกล่าวชมเชยนักเรียนที่สามารถปฏิบัติได้ถูกต้องและกล่าวให้กำลังใจและเสริมแรงให้กับนักเรียนที่ยังปฏิบัติไม่ถูกต้อง</p> <p>ขั้นนำไปใช้เล่นเพื่อความสนุกสนาน (20 นาที)</p> <p>1. แบบฝึก: ฝึกการนั่งส่งลูกและตีโต้</p> <p>1.1 ครูให้นักเรียนจับคู่ นั่งหันหน้าเข้าหากันนักเรียนคนหนึ่งเป็นฝ่ายส่งลูกด้วยหลังมือ ส่วนอีกคนหนึ่งตีกลับมา ให้นักเรียนตีโต้ไป-มา ในเวลา 1 นาที ให้ได้มากที่สุด และเปลี่ยนให้อีกฝ่ายเป็นผู้ส่ง เมื่อส่งลูกด้วยหลังมือแล้ว ครูให้นักเรียนเปลี่ยนการส่งลูกด้วยหน้ามือ คู่ไหนสามารถตีโต้ได้จำนวนครั้งมากที่สุดเป็นผู้ชนะ โดยมีคะแนนสะสมในการทำกิจกรรมให้ทีมชนะ</p>	<p>-การกล่าวชมเชยและการให้กำลังใจ</p> <p>-การเสริมแรงเพื่อกระตุ้นความสามารถในการปฏิบัติกิจกรรม</p> <p>-การสร้างกิจกรรมการฝึกที่มากกว่า 1 กิจกรรม หรือมีความหลากหลาย</p> <p>-การแข่งขันเป็นการสร้างสิ่งเร้า เป็นการกระตุ้นพฤติกรรม เป็นแรงผลักดันทั้งภายในและภายนอกตัวบุคคล เพื่อให้ไปถึงเป้าหมาย</p> <p>-มีความท้าทาย</p> <p>-การให้รางวัล</p>	<p>-นักเรียนเกิดการพัฒนาทักษะจากการปฏิบัติ</p> <p>-นักเรียนเกิดการพัฒนาทักษะจากการปฏิบัติ</p> <p>-นักเรียนเกิดการพัฒนาความเข้าใจ จากการได้ลงมือปฏิบัติ ในทักษะที่ได้เรียน</p>

<p>2. แบบฝึก : แข่งขันการส่งลูกลงจุด</p> <p>2.1 ครูให้นักเรียนจับกลุ่มตามที่เข้าแถว กลุ่มละ 11 คน</p> <p>2.2 ครูให้แข่งขันกันทีละกลุ่ม จับเวลา 1 นาที ให้นักเรียนทั้ง 3 คน ผลัดกันส่งลูก ปิงปองให้ลงในกล่อง ที่ครูกำหนดไว้ทีละคน หน้ากล่องจะมีจำนวนคะแนนระบุอยู่ที่มิดได้คะแนนมากที่สุดเป็นฝ่ายชนะโดยมีคะแนนสะสมในการทำกิจกรรมให้ทีมชนะ</p>		
		
<p>3. ครูกล่าวชมเชยนักเรียนที่สามารถปฏิบัติได้ถูกต้องและกล่าวให้กำลังใจและเสริมแรงให้กับนักเรียนที่ยังปฏิบัติไม่ถูกต้อง</p>	<p>-การกล่าวชมเชย</p> <p>-การให้กำลังใจ</p> <p>-การเสริมแรงเพื่อกระตุ้นความสามารถในการปฏิบัติกิจกรรม</p>	<p>-นักเรียนมีเจตคติที่ดีต่อตนเอง ครู เพื่อน และวิชาพลศึกษา</p> <p>-นักเรียนเห็นคุณค่าในตนเอง ครู เพื่อน และวิชาพลศึกษา</p>
<p>4. ครูให้นักเรียนในห้องกล่าวชมเชยนักเรียนที่เป็นผู้ชนะและกล่าวให้กำลังใจและเสริมแรงให้กับนักเรียนที่ยังปฏิบัติไม่ถูกต้อง</p>	<p>-การกล่าวชมเชย</p> <p>-การให้กำลังใจ</p> <p>-การเสริมแรงเพื่อกระตุ้นความสามารถในการปฏิบัติกิจกรรม</p>	<p>-นักเรียนมีเจตคติที่ดีต่อตนเอง ครู เพื่อน และวิชาพลศึกษา</p> <p>-นักเรียนเห็นคุณค่าในตนเอง ครู เพื่อน และวิชาพลศึกษา</p>
<p>5. ครูให้นักเรียน Cool Down</p> <ul style="list-style-type: none"> - สะบัดข้อมือ - หมุนคอ 		

<p>- นั่งยืดขามาข้างหน้า ก้มตัวให้มือแตะปลายเท้า</p> <p>ขั้นสรุปและขั้นสุขปฏิบัติ (5 นาที)</p> <p>1. ครูพูดให้กำลังใจนักเรียน และให้แรงเสริม</p> <p>2. ครูผู้สอนนัดหมายในนักเรียน ไปฝึกซ้อมการตีลูกที่ได้เรียนไปในวันนี้</p> <p>3. ครูตรวจสอบบันทึกการเรียนวิชาพลศึกษา เพื่อบันทึกการฝึกทักษะ หรือการเล่นกีฬา นอกเวลาเรียน</p> <p>4. ครูให้นักเรียนดื่มน้ำ ล้างมือล้างหน้า เข้าห้องน้ำ เพื่อเตรียมตัวเรียนวิชาต่อไป</p>	<p>-การพูดให้กำลังใจ</p> <p>-การเสริมแรง</p> <p>-การให้มีสมุดบันทึกเป็นการกระตุ้นพฤติกรรม เพื่อนำเอาความรู้จากการเรียนทักษะมาใช้ นอกเหนือเวลาเรียน</p>	<p>-นักเรียนมีเจตคติที่ดีต่อตนเอง ครู เพื่อน และวิชาพลศึกษา</p> <p>-นักเรียนนำความรู้ความเข้าใจในทักษะที่ได้ไปประยุกต์ใช้ในการเล่นกีฬา เพื่อเพิ่มขีดความสามารถในตัวเอง</p>
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

การวัดและประเมินผล

วิธีวัด/สิ่งที่วัด

สังเกตพฤติกรรม/การเข้าร่วมทำกิจกรรม การปฏิบัติการบริหารร่างกาย และการปฏิบัติขณะมอบหมายงานให้ฝึกปฏิบัติ

เครื่องมือวัด

แบบสังเกตพฤติกรรม การเข้าร่วมกิจกรรมและการบริหารร่างกาย

อุปกรณ์และสื่อการเรียนการสอน

1. ไม้ปิงปอง 2. ลูกปิงปอง 3. โต๊ะปิงปอง 5 ตัว 4. นกหวีด

เกณฑ์การวัด

1. นักเรียนได้คะแนนจากแบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม ไม่ต่ำกว่าร้อยละ 80 จึงจะถือว่าผ่านเกณฑ์การประเมิน

หนังสืออ้างอิง

เทพประสิทธิ์ กุศลวัชวิชัย. (2555). เทคนิคและทักษะกีฬาเทเบิลเทนนิสขั้นสูง. กรุงเทพฯ:

สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

SKY SPORTS TEAM. (2550). เทเบิลเทนนิส. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์สกายบุ๊กส์

บันทึกหลังการสอน

ผลการสอน

ปัญหาและอุปสรรค

ข้อเสนอแนะในคาบเรียนถัดไป

ลงชื่อ.....

(.....)

วันที่.....เดือน.....ปี.....

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 4

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา สาระวิชาพลศึกษา

ระดับชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้อง 8	จำนวนนักเรียน 47 คน
ผู้สอน นางสาวพัชรี พูลสวัสดิ์	กิจกรรมพลศึกษา เทเบิลเทนนิส
หน่วยการเรียนรู้ ทักษะพื้นฐาน	แผนการเรียนรู้ที่ 4 การตีลูกหมุน
สถานที่ สนามกีฬาโรงเรียนราชดำริ	เวลา 50 นาที

สาระการเรียนรู้ที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย เกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

- มาตรฐาน** พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา
- พ 3.2 ระวังการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ สม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการเล่นกีฬา
- พ 4.1 เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรคและการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

สาระสำคัญ

เทคนิคการตีลูกนั้นเป็นการตีเฉพาะแบบ การใช้จังหวะในการตีทำให้เกิดการหมุนของลูก ในลักษณะต่าง ๆ และการใช้วิธีการรับลูกจากการตีลูกหมุนของฝ่ายตรงกันข้ามให้ข้ามกลับไปง่ายขึ้น

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. นักเรียนสามารถอธิบายเทคนิคการตีลูกหมุนได้อย่างถูกต้อง
2. นักเรียนสามารถตีลูกหมุนแบบต่างๆ ตามที่ครูกำหนดได้อย่างถูกต้อง
3. นักเรียนสามารถแสดงทักษะการตีลูกหมุนที่ครูสอนได้
4. นักเรียนมีสมรรถภาพด้านความคล่องตัว ความเร็ว ความแข็งแรง เพิ่มขึ้น
5. นักเรียนแสดงความสนใจในการเรียนกีฬาเทเบิลเทนนิส โดยการนำอุปกรณ์การเรียนมาครบ

ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

นักเรียน ร้อยละ 60 มีความรู้ในเทคนิคการตีลูกหมุนของกีฬาเทเบิลเทนนิสและสามารถปฏิบัติท่าทางได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม

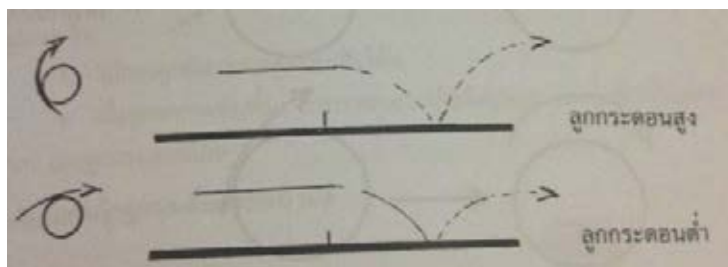
สาระการเรียนรู้

เทคนิคการตีลูกหมุน

การตีลูกหรือการไต่ลูกหมุนถือเป็นเทคนิคของการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส ลักษณะของการตีลูกหรือการไต่ลูกหมุนแบบต่างๆ ได้แก่

1. การตีลูกหมุนขึ้น (TOPSPIN STROKE)

การตีลูกหมุนขึ้น มีชื่อที่ใช้เรียกกันว่า ลูกหมุนตรง ลูกท็อป (TOP) ลูกสปิน (SPIN) ลูกโค้ง ลูกหมุน ลูกท็อปสปิน หรืออื่นๆ ตามท้องถิ่นนิยม ลักษณะการตีขณะที่หน้าไม้กระทบหรือสัมผัสลูก ให้สัมผัสในลักษณะ ให้สัมผัสในลักษณะเสียดสีส่วนหลังจนถึงส่วนบนของลูก แล้วปิดหน้าไม้ขึ้นเพื่อให้ลูกลอยหมุนโค้ง เมื่อลูกตกลงพื้นแล้วจะกระดอนเป็นเส้นโค้งหมุนพุ่งแรงและเร็ว มุมของการกระดอนจะต่ำกว่ามุมที่ตกกระทบ และกระดอนไกล จึงเหมาะสำหรับการใช้เล่นเกมรุก สำหรับจุดสัมผัสระหว่างไม้กับลูกนั้นจะมีความสัมพันธ์กับการกระดอน คือ ไม้สัมผัสส่วนหลัง เมื่อลูกตกจะกระดอนโค้งสูง และถ้าสัมผัสส่วนหลังด้านบน หรือส่วนบนของลูก เมื่อลูกตกจะกระดอนโค้งต่ำราบ



ลักษณะการตีลูกหมุนขึ้น

การตีลูกหมุนขึ้นด้วยหน้ามือ



วิธีปฏิบัติ

1. จากท่าเตรียมก้าวเท้าด้านตรงกันข้ามกับมือที่ถือไม้ไปข้างหน้า 1 – 2 ฟุต ขึ้นอยู่กับการกระดอนของลูก
2. เหวี่ยงมือที่ถือไม้ไปด้านหลัง ข้างลำตัวด้านเดียวกับมือที่ถือไม้ หน้าไม้อยู่ระดับแนวสะโพกต่ำกว่าระดับของลูกที่จะตี หันไหล่ด้านตรงข้ามกับมือที่ถือไม้เข้าหาลูกหรือโต๊ะ
3. สายตาจับที่ลูก เมื่อลูกลอยได้ระดับ ให้เหวี่ยงไม้กระทบลูก โดยให้หน้าไม้สัมผัสลูก ในลักษณะเสียดสีหน้าไม้คว่ำปิด เป็นมุมประมาณ 45 – 60 องศา กับพื้น
4. เหวี่ยงแขนไปข้างหน้าตามทิศทางที่ต้องการให้ลูกวิ่งไปพร้อมทั้งถ่าหน้าหนักตัวลงเท้าหน้า

การตีลูกหมุนขึ้นด้วยหลังมือ

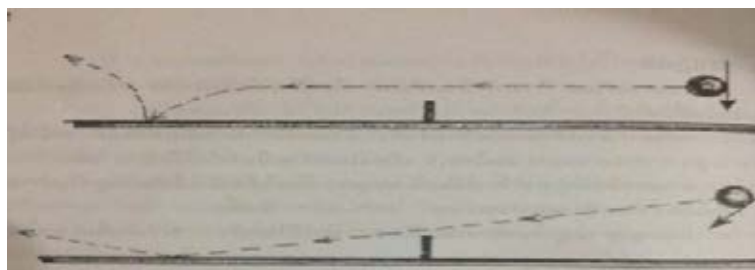


วิธีปฏิบัติ

1. จากท่าเตรียม ก้าวเท้าข้างเดียวกับมือที่ถือไม้เข้าหาโต๊ะ หรือเฉียงไปด้านตรงข้ามกับมือที่ถือไม้
2. เหวี่ยงไม้ไปด้านหลังข้างลำตัว ด้านตรงกันข้ามกับที่ถือไม้ หน้าไม้อยู่ระดับต่ำกว่าลูก (ประมาณแนวสะโพก) เอียงไหล่ด้านมือที่ถือไม้เข้าหาโต๊ะ
3. สายตาจับที่ลูก เหวี่ยงไม้กระทบลูก โดยให้หน้าไม้สัมผัสลูกในลักษณะเสียดสี หน้าไม้คว่ำปิดเป็นมุมประมาณ 45 – 60 องศา
4. ส่งแขนตามลูกในลักษณะเฉียงตรงไปข้างหน้า พร้อมทั้งถ่าหน้าหนักตัวด้วย

2. การตีลูกหมุนกลับ (BACKSPIN STROKE)

การตีลูกหมุนกลับหรือเรียกต่างกันอย่างอื่นว่า ลูกตัด (CUT) ลูกสไลด์ (SLIDE) ลูกช็อป (CHOP) ลูกเฉือน ลูกหนัก หรือลูกอันเดอร์สปิน (UNDER SPIN) ลักษณะของการตีลูกหมุนกลับคือการตีให้หน้าไม้สัมผัสบริเวณหลังลูกจนถึงใต้ลูกแล้วกดไม้เฉียงลงเพื่อให้ลูกที่ตีไปแล้ววิ่งลอยหมุนกลับ เมื่อตกกระทบพื้นจะทำให้ลูกกระดอนหมุนกลับ มุมของการกระดอนจะโตกว่าปกติ ถ้าตีในลักษณะให้หน้าไม้สัมผัสลูกแล้วกดไม้ตรงๆ จะทำให้ลูกลอยตั้งขึ้น หรือถ้าต้องการให้ลูกที่ตีไปแล้วเมื่อตกกระทบพื้นด้านหลัง ผู้ตีต้องตีได้จังหวะที่ทำให้ลูกมีอัตราของการหมุนกลับสูงมากๆ คือการตีที่หน้าไม้สัมผัสลูกในลักษณะเสียดสียาวนาน เริ่มจากหลังลูกถึงใต้ลูก หน้าไม้เมื่อสัมผัสลูกแล้วจะตัวค้อมเปิดขึ้นเป็นแนวเส้นตรง หรือเอียงขึ้น การตีลูกหมุนกลับมักใช้สำหรับการเล่นเกมรับมากกว่าการใช้เล่นเป็นเกมรุก แต่ถ้าต้องการตีลูกหมุนกลับให้พุ่งไปด้วยความเร็วและกระดอนต่ำ ลูกแฉลบเมื่อตกกระทบพื้น ต้องใช้การตีหน้าไม้ เมื่อสัมผัสลูกแล้วให้ส่งไม้ตามลูกไปในลักษณะข้อมือเฉียงลงอย่างรวดเร็ว และต้องใช้ตีกับลูกที่ลอยสูง หรือลอยไปต่ำกว่าตาข่ายขณะตีเพราะถ้าลูกที่ตีลอยต่ำกว่าตาข่ายจะตีลูกหมุนกลับให้พุ่งข้ามตาข่ายไปได้ยาก



ลักษณะของลูกหมุนกลับ

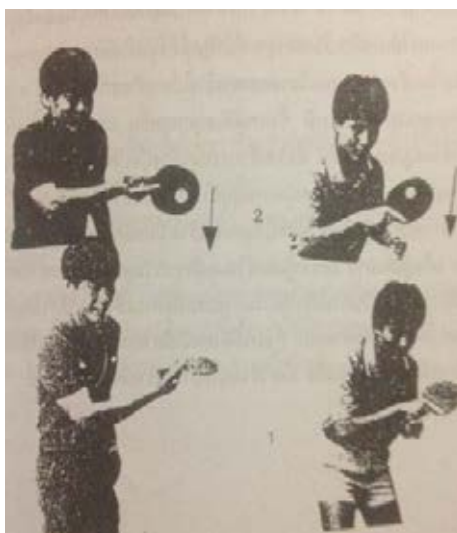
การตีลูกหมุนกลับด้วยหน้ามือ



วิธีปฏิบัติ

1. จากท่าเตรียม ก้าวเท้าด้านตรงข้ามกับมือที่ถือไม้เข้าหาโต๊ะ หรือเปิดออกเล็กน้อย
2. เหวี่ยงมือที่ถือไม้ไปด้านหลังข้างลำตัวด้านมือที่ถือไม้ให้หันหน้าหงายเปิดเป็นมุมประมาณ 120 -135 ระดับสูงประมาณแนวไหล่หรือสูงกว่า ลูกที่ต้องตีเล็กน้อย
3. สายตาจับที่ลูก เมื่อลูกได้ระดับให้เหวี่ยงไม้กระทบในลักษณะสัมผัสแล้วกดหน้าไม้เฉียงลงหาโต๊ะตามมุมที่เปิดหน้าไม้
4. ส่งแรงตามลูก เพื่อบังคับให้ไปตามทิศทางที่ต้องการ พร้อมทั้งถ่ายน้ำหนักลงเท้าหน้า

การตีลูกหมุนกลับด้วยหลังมือ



วิธีปฏิบัติ

1. จากท่าเตรียม ก้าวเท้าด้านเดียวกับมือที่ถือลูกเข้าหาโต๊ะหรือเฉียงไปด้านตรงข้ามกับมือที่ถือไม้
2. เหวี่ยงไม้เฉียงไปด้านหลังข้างลำตัวด้านตรงข้ามกับมือที่ถือไม้ โดยเปิดหน้าไม้เป็นมุมประมาณ 120 – 135 องศา กับพื้นระดับของไม้อยู่ประมาณแนวไหล่สูงกว่าระดับลูกที่ดี
3. สายตาจับที่ลูก เหวี่ยงไม้กระทบลูกโดยให้หน้าไม้เสียดสีแล้วกดไม้ลงเข้าหาโต๊ะ
4. ส่งแรงตามทิศทางที่ส่งหน้าไม้ไป โดยถ่ายน้ำหนักตัวลงเท้าหน้า

3. การตีลูกหมุนข้าง (SIDESPIN STROKE)

การตีลูกหมุนข้างเรียกว่า ลูกเบี่ยง ลูกเฉียง ลูกเฉ ลูกบิด ลูกบิด ลูกเฉียง ซึ่งมีลักษณะการหมุนไปทางด้านข้าง ส่วนการตีจะใช้การตีลูกโดยหันหน้าไม้สัมผัสลูกแล้วปาดหรือเฉือนออกไปทางด้านข้างของลูก ทำให้ลูกที่ตีไปแล้วมีลักษณะการหมุนออกข้าง เมื่อตกลงพื้นแล้วจะกระดอน

เฉียงลอยหมุนข้างไปทางซ้ายหรือขวาก็ได้ การตีลูกหมุนข้างนี้มักจะถูกผสมไปกับการตี ทั้งการตีด้วยลูกหมุนขึ้น และการตีด้วยลูกหมุนกลับตลอดเวลาแต่ถูกมองข้ามไป ที่จริงแล้วการหมุนข้างนั้นเป็นลักษณะสำคัญของการตีเทเบิลเทนนิสอย่างมาก จึงควรนำการหมุนข้างมาใช้เป็นประโยชน์ต่อการตีโดยนำมาวิเคราะห์การตีลูกหมุนข้างหรือการใช้ลูกหมุนข้างเป็นหลักการตีจะเป็นประโยชน์ต่อผู้เล่น

การตีลูกหมุนข้างด้วยหน้ามือแบบหมุนเข้า



วิธีปฏิบัติ

1. จากท่าเตรียม ก้าวเท้าด้านตรงข้ามกับมือที่ถือไม้ เียงไปด้านมือที่ถือ ไม้ให้ไหลด้านตรงข้ามกับมือที่ถือไม้หันเข้าหาโต๊ะ
2. เหวี่ยงไม้ไปด้านหลังข้างลำตัวด้วยมือที่ถือไม้อยู่ระดับสะโพก ทิ้งหัวไม้ลงเล็กน้อย
3. สายตาจับที่ลูก เหวี่ยงไม้กระทบลูกด้วยการเสียดสีหมุนลูกทางด้านข้างนอกของลูก โดยใช้ข้อมือช่วยในการตี ให้ยกหัวไม้ขึ้นตามขณะตี
4. การส่งแรงใช้การถ่วงน้ำหนักตัวลงที่เท้าหน้า

การตีลูกหมุนข้างด้วยหน้ามือแบบหมุนออกหรือปาดหน้ามือ



วิธีปฏิบัติ

1. จากท่าเตรียม ก้าวเท้าด้านตรงข้ามกับมือที่ถือไม้ไปข้างหน้าหรือเฉียงออกด้านนอก ให้ไหล่ด้านตรงข้ามกับมือที่ถือไม้เปิดออก
2. เหวี่ยงไม้ไปด้านหลัง โดยเปิดหน้าไม้ให้หัวไม้ชี้ออกด้านข้างมือที่ถือไม้
3. สายตาจับที่ลูก เมื่อลูกได้ระดับเหวี่ยงหน้าไม้กระทบลูกในลักษณะเสียดสีให้หน้าไม้ปาดลูกหมุนออก
4. การส่งแรงออกถ่ายน้ำหนักตัวลงที่เท้าหน้าตามทิศทางที่เปิดเท้าออก

การตีลูกหมุนข้างด้วยหน้ามือแบบสับข้อมือ



วิธีปฏิบัติ

1. จากท่าเตรียม ก้าวเท้าด้านเดียวกับมือที่ถือลูกเฉียงออกไปด้านนอก ให้ไหล่ที่ถือไม้เปิดออก
2. เหวี่ยงไม้ โดยพับข้อศอกตั้งหัวไม้ขึ้นประมาณแนวหัวไหล่
3. สายตาจับที่ลูก สับข้อมือที่ถือไม้ให้หน้าไม้สัมผัสลูกด้านข้าง ในลักษณะหมุนข้อมือเข้าหาลำตัว
4. ถ่ายน้ำหนักเพื่อส่งแรงตามลูกที่ดี ลงเท้าหน้า

การตีลูกหมุนข้างด้วยหลังมือแบบหมุนเข้า



วิธีปฏิบัติ

1. จากท่าเตรียม ก้าวเท้าข้างเดียวกับมือที่ถือไม้ไปข้างหน้า หรือเฉียงไปด้านตรงข้ามกับมือที่ถือไม้
2. เงื่อไม้เตรียมอยู่ใกล้ลำตัว หันไหล่ด้านมือที่ถือไม้เข้าหาโต๊ะ
3. สายตาจับที่ลูก เหวี่ยงไม้กระทบลูกโดยให้หน้าไม้เสียดสีด้านข้าง วงของไม้ขณะตีจะเหวี่ยงเป็นมุมโค้งด้านหลัง
4. การส่งแรงจะถ่ายน้ำหนักตัวลงเท้าหน้า

การตีลูกหมุนข้างด้วยหลังมือแบบหมุนออก



วิธีปฏิบัติ

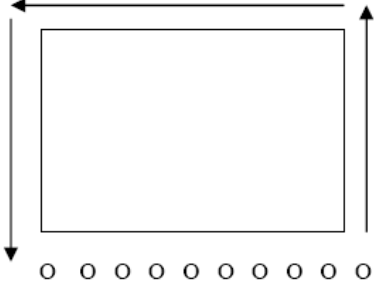
1. จากท่าเตรียม ก้าวเท้าด้านเดียวกับมือที่ถือไม้ไปข้างหน้า หรือเฉียงออกด้านมือที่ถือไม้
2. เงื่อไม้ไว้ใกล้ลำตัว ให้หัวไม้ลดด้านมือที่ถือไม้หันเข้าหาโต๊ะ
3. สายตาจับที่ลูก เหวี่ยงไม้กระทบลูกด้วยการเสียดสี ให้ลูกหมุนออก โดยเหวี่ยงข้อมือให้ได้ เหวี่ยงตามเป็นวงโค้งออกด้านมือที่ถือไม้
4. การส่งแรงใช้การถ่วงน้ำหนักตัวลงเท้าหน้า

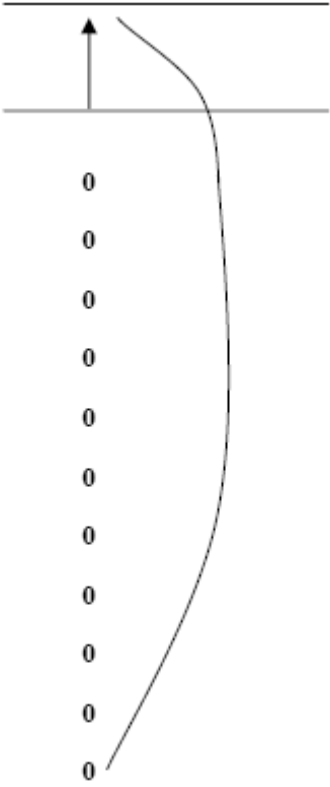
การตีลูกหมุนข้างด้วยหลังมือแบบลับข้อมือ



วิธีปฏิบัติ

1. จากท่าเตรียม ก้าวเท้าด้านเดียวกับมือที่ถือไม้ไปข้างหน้าหรือเฉียงเข้าเล็กน้อย ให้ไหล่ด้านเดียวกับมือที่ถือไม้หันเข้าหาโต๊ะ
2. เงื่อไม้โดยพับข้อศอก ตั้งหัวไม้ขึ้นประมาณแนวไหล่

<p>ขั้นพัฒนาสมรรถภาพทางกาย (10 นาที)</p> <p>1. ให้นักเรียนวิ่งรอบสนาม จำนวน 2 รอบ</p>  <p>2. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม 5 กลุ่ม กลุ่มละ 9 คน</p> <p>3. ให้นักเรียนยืนหลังเส้นที่ครูกำหนด</p> <p>4. เมื่อได้ยินเสียงสัญญาณ ให้นักเรียนคนแรกของแต่ละแถว วิ่งไปแตะเส้นที่กำหนดไว้ แล้ววิ่งกลับมาต่อท้ายแถว</p> <p>5. นักเรียนคนที่ 2 วิ่งไปแตะเส้นแล้ววิ่งกลับมาต่อท้ายแถว</p> <p>6. ทำเช่นนี้ไปเรื่อยๆจนครบทุกคน</p> <p>7. แถวใดทำครบและจัดแถวเป็นระเบียบก่อนเป็นฝ่ายชนะ โดยทีมชนะจะได้รับคะแนนสะสมในการทำกิจกรรม ในกลุ่ม หากเพื่อนคนใดที่วิ่งแล้วไม่แตะเส้นต้องวิ่งใหม่อีกครั้ง</p>	<p>-การแข่งขันเป็นการสร้างสิ่งเร้าทั้งภายในและภายนอกตัวบุคคล</p> <p>-การทำงานเป็นทีม</p> <p>-การให้รางวัล</p>	<p>-นักเรียนเกิดการพัฒนสมรรถภาพทางกายในด้านความเร็วและความคล่องตัว</p> <p>-นักเรียนเกิดคุณธรรมในเรื่องของความซื่อสัตย์ และความมีน้ำใจนักกีฬา</p>
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

		
<p>8. ครู เพื่อนในชั้นเรียน แสดงความยินดีกับนักเรียนทีมที่ชนะ โดยการปรบมือ และกล่าวคำชมเชยทีละ 1 ประโยคและให้นักเรียนทีมที่ชนะกล่าวให้กำลังใจนักเรียนทีมอื่น</p> <p>9. ครูกล่าวชมเชยนักเรียนทุกคน ที่ได้ปฏิบัติตามกิจกรรมที่ครูสั่ง</p>	<p>- การให้กำลังใจ</p> <p>- การได้รับการยอมรับ</p> <p>- การกล่าวชมเชย</p>	<p>- นักเรียนมีเจตคติที่ดีต่อตนเอง เพื่อน และวิชาพลศึกษา</p> <p>- นักเรียนมีเจตคติที่ดีต่อตนเอง เพื่อน และวิชาพลศึกษา</p>
<p>ขั้นสอน/สาธิต/ฝึกปฏิบัติ (10 นาที)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ครูอธิบายหลักการปฏิบัติเทคนิคการตีลูกหมุนแบบต่างๆ มีภาพที่แสดงวิธีการตีลูกหมุนแบบต่างๆ ที่ถูกต้อง 2. ครูสาธิตการการตีลูกหมุนแบบต่างๆ 3. ครูให้นักเรียนยืนเข้าแถวฝึกปฏิบัติทำการตีลูกหมุนตามเสียงสัญญาณนกหวีดของครูทีละขั้นตอน ทำละ 10 ครั้ง 	<p>- การใช้ภาพเป็นสื่อในการสอน การฝึกปฏิบัติทักษะ</p>	<p>- ครูได้สังเกตการปฏิบัติทักษะของนักเรียนอย่างทั่วถึง และสามารถระบุข้อบกพร่องในการปฏิบัติได้ถูกต้อง</p>

<p>4. ครูให้นักเรียนจับคู่ยื่นประจำโต๊ะฝึกการตีลูกหมุน โดยให้นักเรียนคนหนึ่งเป็นผู้ส่งลูก และอีกฝ่ายตีได้ลูกหมุนกลับมาและฝ่ายส่งลูก ส่งลูกใหม่อีกครั้ง ปฏิบัติให้ครบทุกแบบ แบบละ 5 ครั้ง และสลับให้ผู้ส่งลูกเป็นผู้ตีได้กลับมา</p> <p>5. เมื่อนักเรียนฝึกการตีลูกหมุนครบทุกแบบแล้ว ครูให้นักเรียนฝึกตีได้ด้วยการตีลูกหมุน โดยการตีได้ลูกหมุนไปเรื่อยๆ ให้สามารถตีได้ได้นานที่สุด</p> <p>6. ครูกล่าวชมเชยนักเรียนที่สามารถปฏิบัติได้ถูกต้องและกล่าวให้กำลังใจและเสริมแรงให้กับนักเรียนที่ยังปฏิบัติไม่ถูกต้อง</p>	<p>-การให้นักเรียนเริ่มต้นการฝึกจากสิ่งที่ย้ายไปหาสิ่งที่ยากขึ้นตามลำดับ เพื่อเป็นการตอบสนองความสำเร็จในการฝึกทักษะ</p> <p>- การกล่าวชมเชยและการให้กำลังใจ</p> <p>-การเสริมแรงเพื่อกระตุ้นความสามารถในการปฏิบัติกิจกรรม</p>	<p>-นักเรียนเกิดความรู้ความเข้าใจ ในการตีลูกหมุน</p> <p>-นักเรียนเกิดการพัฒนาทักษะที่ได้ปฏิบัติ</p> <p>-นักเรียนเกิดความรู้ความเข้าใจ ในการตีลูกหมุน</p> <p>-นักเรียนเกิดการพัฒนาทักษะจากการปฏิบัติ</p>
<p>ขั้นนำไปใช้เล่นเพื่อความสนุกสนาน (20 นาที)</p> <p>1. แบบฝึก: ฝึกการตีลูกหมุนครูให้นักเรียนจับคู่ ยื่นประจำโต๊ะ โต๊ะละ 2 คู่ หันหน้าเข้าหากัน ให้นักเรียนตีได้ ลูกหมุนให้ได้จำนวนครั้งมากที่สุดในเวลา 1 นาที คู่ใดตีได้ได้จำนวนครั้งมากที่สุดเป็นผู้ชนะ โดยทีมชนะจะได้รับคะแนน สะสมในการทำกิจกรรมครูให้นักเรียนตีได้ลูกหมุนจนครบทุกแบบ</p> <p>2.แบบฝึก : แข่งขันการตีลูกหมุน</p> <p>ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม 5 กลุ่ม ครูให้แต่ละกลุ่มออกมาครั้งละ 1 คน เพื่อแข่งขันตีได้ลูก</p>	<p>-การสร้างกิจกรรมหรือแบบฝึกที่มากกว่า 1 กิจกรรม หรือมีความหลากหลาย</p> <p>-การแข่งขันเป็นการสร้างสิ่งเร้า เป็นการกระตุ้นพฤติกรรม เป็นแรงผลักดันทั้งภายในและภายนอกตัวบุคคล เพื่อให้ไปถึงเป้าหมาย</p> <p>-การทำงานเป็นทีม</p> <p>-การแข่งขันเป็นการสร้างสิ่งเร้า เป็นการกระตุ้นพฤติกรรม เป็น</p>	<p>-นักเรียนเกิดการพัฒนาทักษะจากการปฏิบัติ</p> <p>-นักเรียนเกิดความรู้ความเข้าใจ จากการได้ลงมือปฏิบัติ ในทักษะที่ได้เรียน</p>

<p>หมุนให้นักเรียนตีได้ลูกหมุน โดยนักเรียนสามารถใช้การตีลูกหมุนแบบใดก็ได้ ฝ่ายใดทำลูกเสียจะเป็นผู้แพ้ แข่งขันแบบพบกันหมด ตัวแทนจากทีมใดชนะมากที่สุดเป็นผู้ชนะ ในการแข่งขัน โดยทีมชนะจะได้รับคะแนนสะสมในการทำกิจกรรม</p> <p>3. ครูกล่าวชมเชยนักเรียนที่สามารถปฏิบัติถูกต้องและกล่าวให้กำลังใจและเสริมแรงให้กับนักเรียนที่ยังปฏิบัติไม่ถูกต้อง</p> <p>4. ครูกล่าวชมเชยนักเรียนที่สามารถปฏิบัติได้ถูกต้องและกล่าวให้กำลังใจและเสริมแรงให้กับนักเรียนที่ยังปฏิบัติไม่ถูกต้อง</p> <p>5. ครูให้นักเรียน Cool Down</p> <ul style="list-style-type: none"> - สะบัดข้อมือ - หมุนคอ - นั้งยืดขามาข้างหน้า ก้มตัวให้มือแตะปลายเท้า <p>ขั้นสรุปและสุขปฏิบัติ (5 นาที)</p> <p>1. ครูพูดให้กำลังใจนักเรียน และให้เสริม</p> <p>2. ครูผู้สอนนัดหมายให้นักเรียนไปฝึกซ้อมการปฏิบัติทำพื้นฐานของกีฬาเทเบิลเทนนิสที่ได้เรียนไปในวันนี้</p> <p>3. ครูตรวจสอบบันทึกการเรียนวิชาพลศึกษาเพื่อบันทึกการฝึกทักษะ หรือการเล่นกีฬานอกเวลาเรียน</p>	<p>แรงผลักดันทั้งภายใน ปละภายนอกตัวบุคคล เพื่อให้ไปถึงเป้าหมาย</p> <ul style="list-style-type: none"> -การทำงานเป็นทีม -มีความท้าทาย -การให้รางวัล -การกล่าวชมเชย -การให้กำลังใจ -การเสริมแรง -การกล่าวชมเชย -การให้กำลังใจ -การเสริมแรง <p>-การให้กำลังใจ</p> <p>-การเสริมแรง</p>	<ul style="list-style-type: none"> -นักเรียนมีเจตคติที่ดีต่อตนเอง เพื่อน ครู และวิชาพลศึกษา -นักเรียนมีเจตคติที่ดีต่อตนเอง เพื่อน ครู และวิชาพลศึกษา -นักเรียนเห็นคุณค่าในตนเอง ครู เพื่อน และวิชาพลศึกษา <p>-นักเรียนได้พัฒนาทักษะจากภาคความรู้ไปสู่การปฏิบัติ</p> <p>-นักเรียนนำความรู้ความเข้าใจในทักษะที่ได้ไปประยุกต์ใช้ในการเล่นกีฬา เพื่อเพิ่มขีดความสามารถในตัวเอง</p>
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

4. ครูให้นักเรียนต้มน้ำ ล้างมือล้างหน้า เข้าห้องน้ำ เพื่อเตรียมตัวเรียนวิชาต่อไป	เวลาเรียน	
-------------------------------------------------------------------------------------	-----------	--

การวัดและประเมินผล

วิธีวัด/สิ่งที่วัด

สังเกตพฤติกรรม/การเข้าร่วมทำกิจกรรม การปฏิบัติการบริหารร่างกาย และการปฏิบัติ
ขณะมอบหมายงานให้ฝึกปฏิบัติ

เครื่องมือวัด

แบบสังเกตพฤติกรรม การเข้าร่วมกิจกรรมและการบริหารร่างกาย

การวัดและประเมินผล

วิธีวัด/สิ่งที่วัด

สังเกตพฤติกรรม/การเข้าร่วมทำกิจกรรม การปฏิบัติการบริหารร่างกาย และการปฏิบัติ
ขณะมอบหมายงานให้ฝึกปฏิบัติ

เครื่องมือวัด

แบบสังเกตพฤติกรรม การเข้าร่วมกิจกรรมและการบริหารร่างกาย

อุปกรณ์และสื่อการเรียนการสอน

1. ไม้ปิงปอง
2. ลูกปิงปอง
3. โต๊ะปิงปอง 5 ตัว
4. นกหวีด

เกณฑ์การวัด

1. นักเรียนได้คะแนนจากแบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม ไม่ต่ำกว่าร้อยละ 80
จึงจะถือว่าผ่านเกณฑ์การประเมิน

หนังสืออ้างอิง

เทพประสิทธิ์ กุลธวัชวิชัย. (2555). เทคนิคและทักษะกีฬาเทเบิลเทนนิสขั้นสูง. กรุงเทพฯ:

สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

SKY SPORTS TEAM. (2550). เทเบิลเทนนิส. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์สกายบุ๊กส์

บันทึกหลังการสอน

ผลการสอน

ปัญหาและอุปสรรค

ข้อเสนอแนะในคาบเรียนถัดไป

ลงชื่อ.....

(.....)

วันที่.....เดือน.....ปี.....

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 5
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา สาระวิชาพลศึกษา

ระดับชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้อง 8	จำนวนนักเรียน 47 คน
ผู้สอน นางสาวพัชรี พูลสวัสดิ์	กิจกรรมพลศึกษา เทเบิลเทนนิส
หน่วยการเรียนรู้ ทักษะพื้นฐาน	แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 5 การตีลูกเร็ว
สถานที่ สนามกีฬาโรงเรียนราชดำริ	เวลา 50 นาที

สาระการเรียนรู้ที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย เกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

- มาตรฐาน** พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา
- พ 3.2 ระวังการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ สม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา
- พ 4.1 เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรคและการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

สาระสำคัญ

เทคนิคการตีลูกนั้นเป็นการตีเฉพาะแบบ การใช้จังหวะในการตีทำให้เกิดการหมุนของลูก ในลักษณะต่างๆ และการใช้วิธีการรับลูกจากการตีลูกหมุนของฝ่ายตรงกันข้ามให้ข้ามกลับไปง่ายขึ้น

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. นักเรียนสามารถอธิบายเทคนิคการตีลูกเร็วได้อย่างถูกต้อง
2. นักเรียนสามารถตีลูกเร็วด้วยหน้ามือ และหลังมือได้อย่างถูกต้อง
3. นักเรียนมีสมรรถด้านความคล่องตัวจากการวิ่งสไลด์
4. นักเรียนมีคุณลักษณะความสามารถในการเป็นผู้นำ และผู้ตามที่ดี
5. นักเรียนแสดงออกถึงความชอบในการกีฬาโดยมีสีหน้ายิ้มแย้มแจ่มใสในการเรียนกีฬา

เทเบิลเทนนิส

ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

นักเรียน ร้อยละ 80 มีความรู้ในเทคนิคการตีลูกเร็วของกีฬาเทเบิลเทนนิสและสามารถปฏิบัติท่าทางได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม

สาระการเรียนรู้

เทคนิคการตีลูกเร็ว

การตีลูกเร็ว หรือลูกยัน หรือลูกพร้อม (HALF VOLLEY STROKE) หรือลูกโต้ หรือลูกบล็อก (BLOCK STROKE) คือ การตีในจังหวะที่ลูกกระดอนขึ้นเป็นลักษณะการตีเกมการเล่นแบบรับมากกว่าการเล่นเกมรุก แต่ถ้าผู้รับรับลูกเร็วมีความสามารถดี ก็จะสามารถใช้ประโยชน์จากการรับแบบเร็วโต้ตอบเป็นลักษณะการรุกได้ เพราะการตีลูกเร็วเป็นการตีลูกสั้น จึงตอบโต้ได้เร็ว ทำให้ฝ่ายตรงข้ามไม่ทันตั้งตัวหรือเสียจังหวะในการตีได้

การตีลูกเร็วด้วยหน้ามือ



วิธีปฏิบัติ

1. จากท่าเตรียม ก้าวเท้าด้านหน้าตรงข้ามกับมือที่ถือไม้เข้าหาโต๊ะ
2. เงื่อไม้ ออก อย่าให้วงของแขนมากเกินไป ด้านข้าง คืออยู่แนวเดียวกับลำตัว
3. สายตาจับที่ลูกเมื่อลูกกระดอนขึ้น ต้องรีบเหวี่ยงไม้เข้าปะทะลูก ซึ่งมี 3 ลักษณะ
 - 3.1 ถ้าเป็นลูกหมุนขึ้น ให้คิดว่าหน้าไม้ส่งแรงตาม
 - 3.2 ถ้าเป็นลูกหมุนกลับให้หงายหน้าไม้
 - 3.3 ถ้าเป็นลูกหมุนข้างให้เอียงหน้าไม้รับ ตามทิศทางที่ลูกวิ่งมา
4. การส่งไม้ตามลูกจะส่งสั้น คือเลยไปข้างหน้าเล็กน้อย

การตีลูกเร็วด้วยหลังมือ

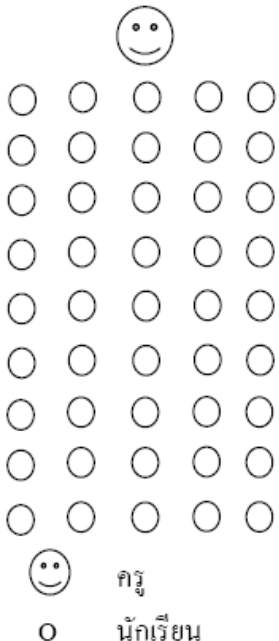


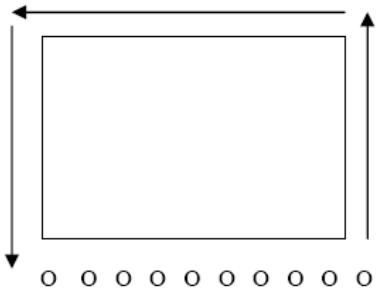

วิธีปฏิบัติ

1. จากท่าเตรียม ก้าวเท้าข้างเดียวกันกับมือที่ถือไม้ไปข้างหน้าตามทิศทางที่ลูกมา
2. เงื่อไม้สั้นตั้งอยู่หน้าลำตัว หันไหล่เข้าหาโต๊ะ
3. สายตาจับที่ลูก เมื่อลูกตกกระทบพื้นแล้วกระดอนขึ้น ให้รีบเหวี่ยงไม้เข้าปะทะ 3

ลักษณะ คือ

- 3.1 คว่ำหน้าไม้เมื่อเป็นลูกหมุนขึ้น
- 3.2 หงายหน้าไม้เมื่อเป็นลูกหมุนกลับ
- 3.3 เอียงหน้าไม้เมื่อเป็นลูกหมุนข้าง
4. การส่งไม้ตามลูกเพื่อกำหนดทิศทางของลูกจะส่งไม้ตามสั้น

ขั้นตอนการสอน	กิจกรรมโดยใช้แรงจูงใจ	ผลลัพธ์การเรียนรู้
<p>ขั้นนำ/อบอุ่นร่างกาย (5 นาที)</p> <p>1. ครูให้นักเรียนเข้าแถว แถวละ 11 คน เรียงตามลำดับเลขที่โดยมีลักษณะดังนี้</p> <div style="text-align: center;">  </div> <p>2. ครูสำรวจเครื่องแต่งกายของนักเรียน และตรวจสอบนักเรียนที่ขาดเรียนโดยให้ หัวแถวแต่ละแถวเป็นผู้ตรวจสอบและ รายงานให้ครูทราบ</p> <p>3. ครูกล่าวชมเชยนักเรียนที่เข้าเรียน และแต่งตัวเรียบร้อย</p> <p>4. ครูสอบถามว่ามีนักเรียนที่ป่วยหรือไม่ พร้อมเรียนสำหรับคาบนี้หรือไม่</p> <p>5. ครูนำการออกกำลังกาย ยืดกล้ามเนื้อและ ให้นักเรียนตอบคำถามเกี่ยวกับประโยชน์ ของการยืดกล้ามเนื้อ</p>	<p>-การกล่าวชมเชย</p> <p>-การใช้คำถามกระตุ้น ความสนใจของนักเรียน</p>	<p>-นักเรียนเกิดคุณธรรมใน เรื่องของการตรงต่อเวลา และความมีระเบียบวินัย</p> <p>-นักเรียนเกิดความรู้ เกี่ยวกับประโยชน์ของ การยืดเหยียดกล้ามเนื้อ</p>

<p>ขั้นพัฒนาสมรรถภาพทางกาย (10 นาที)</p> <p>1. ให้นักเรียนวิ่งรอบสนาม จำนวน 2 รอบ</p>  <p>2. ครูให้นักเรียนวิ่งซิกแซกระยะทาง 5 เมตร 1 รอบ</p>  <p>3. ให้นักเรียนแข่งขันวิ่งซิกแซกระยะทาง 5 เมตร 1 รอบ เป็นแถว แถวใดวิ่งจำนวน คนครบและนั่งเป็นระเบียบเรียบร้อยก่อน เป็นทีมชนะ โดยทีมชนะจะได้รับคะแนน สะสมในการทำกิจกรรม</p> <p>4. ครูกล่าวชมเชยนักเรียนทุกคน ที่ได้ ปฏิบัติกิจกรรมตามที่ครูสั่งและให้นักเรียน ปรบมือให้กับทีมที่ชนะและปรบมือให้กับ ตัวเอง</p> <p>5. ครูทบทวนการจับไม้ การปฏิบัติทำ เทรียมและการตีลูก โดยให้นักเรียน ทำท่ามือเปล่า ด้านหน้ามือ 10 ครั้ง</p>	<p>-การแข่งขันเป็นการ สร้างสิ่งเร้าทั้งภายในและ ภายนอกตัวบุคคล</p> <p>-การทำงานเป็นทีม</p> <p>-การให้รางวัล</p> <p>-การกล่าวชมเชย</p> <p>-การได้รับการยอมรับ</p> <p>-การฝึกปฏิบัติซ้ำๆ</p>	<p>-นักเรียนเกิดการพัฒนา สมรรถภาพทางกายด้าน ความคล่องตัวการทรงตัว และความเร็ว</p> <p>-นักเรียนมีเจตคติที่ดีต่อ ตนเอง ครู เพื่อน และวิชา พลศึกษา</p> <p>-นักเรียนเกิดความรู้ ความเข้าใจในทักษะที่ได้ เรียนผ่านไป</p>
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>6. ครูกล่าวชมเชยนักเรียนทุกคนที่ได้ปฏิบัติ กิจกรรมตามที่ครูสั่ง</p> <p>ขั้นสอน/สาธิต/ฝึกปฏิบัติ (10 นาที)</p> <p>1. ครูอธิบายหลักการปฏิบัติเทคนิคการตีลูกเร็ว โดยดูเทพการแข่งขันกีฬาเทเบิลเทนนิส พร้อมกับครูอธิบายประกอบ</p> <p>2. ครูสาธิตการการตีลูกเร็ว</p> <p>3. ครูให้นักเรียนยืนเข้าแถวฝึกปฏิบัติทำการตีลูกเร็วตามเสียงสัญญาณนกหวีดของครูทีละขั้นตอน</p> <p>4. ครูให้นักเรียนจับคู่ยืนประจำโต๊ะฝึกการตีลูกเร็ว โดยให้นักเรียนคนหนึ่งเป็นผู้ส่งลูก และอีกฝ่ายตีโต้ลูกเร็วกลับมาและฝ่ายส่งลูก ส่งลูกใหม่อีกครั้ง ปฏิบัติทั้งด้านหน้ามือและหลังมือ และสลับให้ผู้ส่งลูกเป็นผู้ตีโต้กลับมา</p> <p>5. เมื่อนักเรียนฝึกการตีลูกเร็วครบทุกแบบแล้ว ครูให้นักเรียนฝึกตีโต้ด้วยการตีลูกเร็ว โดยการตีโต้ลูกเร็วไปเรื่อยๆ ให้สามารถตีโต้ได้นานที่สุด</p> <p>6. ครูกล่าวชมเชยนักเรียนที่สามารถปฏิบัติได้ถูกต้องและกล่าวให้กำลังใจและเสริมแรงให้กับนักเรียนที่ยังปฏิบัติไม่ถูกต้อง</p>	<p>- การกล่าวชมเชยและการให้กำลังใจ</p> <p>- การเสริมแรงเพื่อกระตุ้นความสามารถในการปฏิบัติกิจกรรม</p> <p>- การใช้เทพบันทึกการแข่งขันเป็นสื่อในการสอนอธิบาย สาธิต และฝึกปฏิบัติ</p> <p>- การให้นักเรียนเริ่มต้นการฝึกจากสิ่งที่ย่างไปหาสิ่งที่ยากขึ้นตามลำดับ เพื่อเป็นการตอบสนองความสำเร็จในการฝึกทักษะ</p> <p>- การกล่าวชมเชยและการให้กำลังใจ</p> <p>- การเสริมแรงเพื่อกระตุ้นความสามารถในการปฏิบัติกิจกรรม</p>	<p>- นักเรียนมีเจตคติที่ดีต่อตนเอง ครู เพื่อน และวิชาพลศึกษา</p> <p>- นักเรียนเกิดความรู้ความเข้าใจในการฝึกปฏิบัติในวิธีที่ถูกต้องของทักษะการตีลูกเร็วของกีฬาเทเบิลเทนนิส</p> <p>- นักเรียนเกิดความรู้ความเข้าใจ ในการตีลูกเร็ว</p> <p>- นักเรียนเกิดการพัฒนาจากทักษะที่ได้ปฏิบัติ</p> <p>- นักเรียนเกิดความรู้ความเข้าใจ ในการตีลูกเร็ว</p> <p>- นักเรียนเกิดการพัฒนาทักษะจากการปฏิบัติ</p> <p>- นักเรียนมีเจตคติที่ดีต่อตนเอง ครู เพื่อน และวิชาพลศึกษา</p>
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>ชั้นนำไปใช้เล่นเพื่อความสนุกสนาน (20 นาที)</p> <p>1. แบบฝึก: ฝึกการตีลูกเร็ว</p> <p>1.1 ครูให้นักเรียนจับคู่ ยืนประจำโต๊ะ โต๊ะละ 2 คู่ หันหน้าเข้าหากัน ให้นักเรียน ตีโต้ลูกเร็ว ให้ได้จำนวนครั้งมากที่สุด ในเวลา 1 นาที คู่ใดตีโต้ได้จำนวนครั้งมากที่สุดเป็นผู้ชนะ ครูให้นักเรียนตีโต้ลูกเร็ว ทั้งด้านหน้ามือและหลังมือ โดยทีมชนะจะ ได้รับคะแนนสะสมในการทำกิจกรรม</p> <p>2. แบบฝึก : แข่งขันการตีลูกเร็ว</p> <p>2.1 ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม 5 กลุ่ม ครูให้ แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนออกมา 1 คน เพื่อ แข่งขันตีโต้ลูกเร็วให้นักเรียนตีโต้ลูกเร็ว โดยนักเรียนสามารถใช้การตีลูกเร็วแบบใดก็ได้ ฝ่ายใดทำลูกเสียจะเป็นผู้แพ้ แข่งขัน แบบพบกันหมด ตัวแทนจากทีมใดชนะมากที่สุดเป็นผู้ชนะ ในการแข่งขัน</p> <p>3. ครูกล่าวชมเชยนักเรียนที่สามารถปฏิบัติ ได้ถูกต้องและกล่าวให้กำลังใจและ เสริมแรงให้กับนักเรียนที่ยังปฏิบัติไม่ ถูกต้อง</p> <p>4. ครูกล่าวชมเชยนักเรียนที่สามารถปฏิบัติ ได้ถูกต้องและกล่าวให้กำลังใจและ เสริมแรงให้กับนักเรียนที่ยังปฏิบัติไม่ ถูกต้อง</p>	<p>-การสร้างกิจกรรมการ ฝึกที่มากกว่า 1 กิจกรรม หรือมีความหลากหลาย</p> <p>-การแข่งขันเป็นการ สร้างสิ่งเร้า เป็นการ กระตุ้นพฤติกรรม เป็น แรงผลักดันทั้งภายใน ปลายนอกตัวบุคคล เพื่อให้ไปถึงเป้าหมาย</p> <p>-มีความท้าทาย</p> <p>-การให้รางวัล</p> <p>-การกล่าวชมเชย</p> <p>-การให้กำลังใจ</p> <p>-การเสริมแรงเพื่อกระตุ้น ความ สามารถในการ ปฏิบัติกิจกรรม</p> <p>-การกล่าวชมเชย</p> <p>-การให้กำลังใจ</p> <p>-การเสริมแรงเพื่อกระตุ้น ความ สามารถในการ ปฏิบัติกิจกรรม</p>	<p>-นักเรียนเกิดการพัฒนา ทักษะจากการปฏิบัติ</p> <p>-นักเรียนเกิดความรู้ความ เข้าใจ จากการได้ลงมือ ปฏิบัติ ในทักษะที่ได้ เรียน</p> <p>-นักเรียนมีเจตคติที่ดีต่อ ตนเอง ครู เพื่อน และวิชา พลศึกษา</p> <p>-นักเรียนเห็นคุณค่าใน ตนเอง ครู เพื่อน และวิชา พลศึกษา</p> <p>-นักเรียนมีเจตคติที่ดีต่อ ตนเอง ครู เพื่อน และวิชา พลศึกษา</p> <p>-นักเรียนเห็นคุณค่าใน ตนเอง ครู เพื่อน และวิชา พลศึกษา</p>
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>5. ครูให้นักเรียน Cool Down</p> <ul style="list-style-type: none"> - สบัดข้อมือ - หมุนคอ - นั้งยี่ดขามาข้างหน้า ก้มตัวให้มือแตะปลายเท้า <p>ขั้นสรุปและสรุปปฏิบัติ (5 นาที)</p> <p>1. ครูพูดให้กำลังใจนักเรียน และให้แรงเสริม ได้แก่ การกล่าวชมเชย</p> <p>2. ครูผู้สอนนัดหมายให้นักเรียนไปฝึกซ้อมการปฏิบัติเทคนิคการตีลูกเร็วของกีฬา เทเบิลเทนนิสที่ได้เรียนไปในวันนี้</p> <p>3. ครูตรวจสอบสมุดบันทึกการเรียนวิชาพลศึกษา เพื่อบันทึกการฝึกทักษะ หรือการเล่นกีฬานอกเวลาเรียน</p> <p>4. ครูให้นักเรียนไปสรุปปฏิบัติ</p>	<p>-การพูดให้กำลังใจ</p> <p>-การเสริมแรง</p> <p>-การให้มีสมุดบันทึกเป็น การกระตุ้นพฤติกรรม เพื่อนำเอาความรู้จากการเรียนทักษะมาใช้ นอกเหนือเวลาเรียน</p>	<p>-นักเรียนมีเจตคติที่ดีต่อตนเอง ครู เพื่อน และวิชาพลศึกษา</p> <p>-นักเรียนนำความรู้ ความเข้าใจในทักษะที่ได้ไปประยุกต์ใช้ในการเล่นกีฬา เพื่อเพิ่มขีดความสามารถในตัวเอง</p>
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

การวัดและประเมินผล

วิธีวัด/สิ่งที่วัด

สังเกตพฤติกรรม/การเข้าร่วมทำกิจกรรม การปฏิบัติการบริหารร่างกาย และการปฏิบัติขณะมอบหมายงานให้ฝึกปฏิบัติ

เครื่องมือวัด

แบบสังเกตพฤติกรรม การเข้าร่วมกิจกรรมและการบริหารร่างกาย

อุปกรณ์และสื่อการเรียนการสอน

1. ไม้ปิงปอง 2. ลูกปิงปอง 3. โต๊ะปิงปอง 5 ตัว 4. นกหวีด

เกณฑ์การวัด

1. นักเรียนได้คะแนนจากแบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม ไม่ต่ำกว่าร้อยละ 80 จึงจะถือว่าผ่านเกณฑ์การประเมิน

หนังสืออ้างอิง

เทพประสิทธิ์ กุศลวิชิตชัย. (2555). เทคนิคและทักษะกีฬาเทเบิลเทนนิสขั้นสูง. กรุงเทพฯ:
สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

SKY SPORTS TEAM. (2550). เทเบิลเทนนิส. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์สกายบุ๊กส์

บันทึกหลังการสอน

ผลการสอน

ปัญหาและอุปสรรค

ข้อเสนอแนะในคาบเรียนถัดไป

ลงชื่อ.....

(.....)

วันที่.....เดือน.....ปี.....

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 6
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา สาระวิชาพลศึกษา

ระดับชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้อง 8	จำนวนนักเรียน 47 คน
ผู้สอน นางสาวพัชรี พูลสวัสดิ์	กิจกรรมพลศึกษา เทเบิลเทนนิส
หน่วยการเรียนรู้ ทักษะพื้นฐาน	แผนการเรียนรู้ที่ 6 การตีลูกตบ การตีลูกหยอด
สถานที่ สนามกีฬาโรงเรียนราชดำริ	เวลา 50 นาที

สาระการเรียนรู้ที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย เกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

- มาตรฐาน** พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา
- พ 3.2 ระวังการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ สม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการเล่นกีฬา
- พ 4.1 เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรคและการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

สาระสำคัญ

เทคนิคการตีลูกนั้นเป็นการตีเฉพาะแบบ การใช้จังหวะในการตีทำให้เกิดการหมุนของลูก ในลักษณะต่างๆ และการใช้วิธีการรับลูกจากการตีลูกหมุนของฝ่ายตรงกันข้ามให้ข้ามกลับไปง่ายขึ้น

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. นักเรียนสามารถอธิบายเทคนิคการตีลูกตบ และลูกหยอดได้อย่างถูกต้อง
2. นักเรียนสามารถตีลูกตบและลูกหยอด ตามที่ครูกำหนดได้อย่างถูกต้อง
3. นักเรียนมีสมรรถภาพทางกายด้านความอ่อนตัว และความแข็งแรงของกล้ามเนื้อจากการทำโยคะ
4. นักเรียนแสดงคุณลักษณะมีแง่คิดในด้านบวกตามแนวคิด จากการชมเชย พุดด้านบวก จากครูผู้สอนและเพื่อนร่วมชั้นเรียนที่ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ
5. นักเรียนแสดงออกถึงความกระตือรือร้นในการเรียนการเรียนกีฬาเทเบิลเทนนิส โดยการเข้าชั้นเรียนตรงเวลา

ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

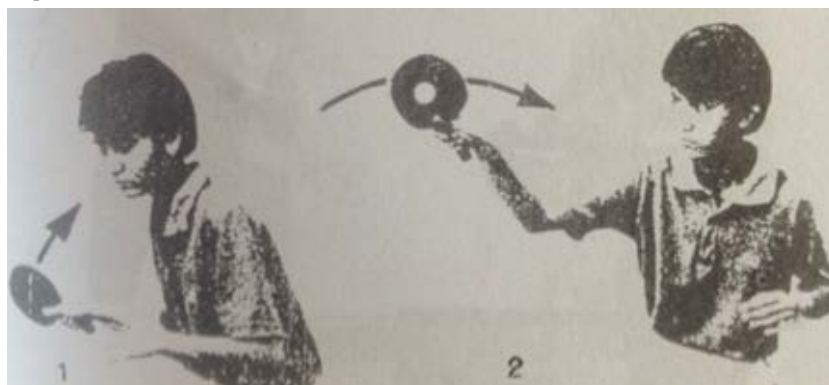
นักเรียน ร้อยละ 80 มีความรู้ในเทคนิคการตีลูกตบและลูกหยอดของกีฬาเทเบิลเทนนิสและสามารถปฏิบัติทำทาง ได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม

สาระการเรียนรู้

เทคนิคการตีลูกตบ

การตีลูกตบใช้ในการเล่นเกมรุกเมื่อฝ่ายตรงกันข้ามตีลูกข้ามมากระดอนลอยโด่งสูง ระดับความสูงที่เหมาะสมกับการตีลูกตบ คือ ลูกที่ลอยขึ้นสูงกว่าแนวระดับตาข่าย (ไม่น้อยกว่า 6 นิ้ว) จึงจะใช้การตบลูก ได้ผลดี การตบสามารถตบลูกได้ทั้งหน้ามือและหลังมือ ลักษณะการตีลูกตบจะตีโดยจะคว่ำหน้าไม้หรือปิดหน้าไม้ด้วยความแรงและเร็วโดยการสับด้ามมือลง จะทำให้ลูกที่ตีไปแล้วพุ่งเร็วแรงมีน้ำหนักโย๊ะ การตบยังสามารถตบลูกโดยให้มีการหมุนของลูกผสมไปด้วยจะเพิ่มความยากในการรับมากขึ้น

การตีลูกตบด้วยหน้ามือ



วิธีปฏิบัติ

1. จากท่าเตรียม ก้าวเท้าด้านหน้าตรงข้ามกับมือที่ถือไม้เข้าหาลูกอย่างรวดเร็ว พร้อมทั้งเงื้อไม้เหวี่ยงไปด้านหลังข้างมือที่ถือไม้
2. สายตาจับที่ลูก เมื่อลูกลอยขึ้น ได้จังหวะเหวี่ยงไม้เข้าหาลูกในลักษณะคว่ำหน้าไม้ ตำแหน่งของไม้กับลำตัวควรอยู่ที่กันในขณะที่ไม้กระทบลูก
3. สบด้ามมือส่งแรงตามอย่างรวดเร็ว จะช่วยเพิ่มความแรงของลูกที่ตีออกไป

การตีลูกตบด้วยหลังมือ



วิธีปฏิบัติ

1. จากท่าเตรียม ก้าวเท้าข้างเดียวกันกับมือที่ถือไม้
 2. เงื่อไม้ออกข้างลำตัว หันไหล่เข้าหาโต๊ะ ระดับของไม้ตั้งสูงแนวหัวไหล่ด้านตรงกันข้าม
 3. สายตาจับที่ลูก เมื่อลูกลอยขึ้นสูงได้ระดับ ให้เหวี่ยงไม้กระทบลูกอย่างรวดเร็ว
- เหมือนกับการตบด้วยหน้ามือ

เทคนิคการตีลูกหยอด

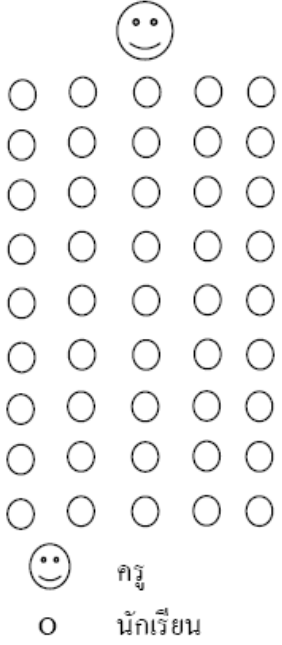
การตีลูกหยอด มีลักษณะการตีคล้ายๆกับการเขี่ยลูกหรือจัดเป็นวงสั้นๆ เพื่อให้ลูกลอยข้ามไปได้ ในกรณีที่ไม่สามารถตัดสินใจได้ว่าจะใช้การรับลูกด้วยการตีแบบใด หรือเป็นการแก้สถานการณ์เฉพาะหน้า ให้รับลูกกลับไปได้นั่นเอง เนื่องจากลูกที่ต้องรับนั้นกระดอนต่ำมากหรือมาเร็วมาก ไม่ทันตั้งตัว ลักษณะของลูกหยอดจะลอยเบาไม่มีความแรงเมื่อตกกระทบพื้นก็กระดอนเบาเช่นกัน ฉะนั้นการตีลูกเขี่ยต้องระวังไม่ให้ลูกที่ตีไปลอยสูง จะทำให้ฝ่ายตรงข้ามตีลูกตบกลับมาได้สะดวกด้วย เพราะการกระดอนเบาและมีลักษณะของการหมุนน้อยมาก หลักสำคัญในการตีลูกหยอดคือเอื้อมมือไปตีอย่างรวดเร็ว เมื่อลูกตบกระทบพื้นกระดอนสูงไม่เกิน 6 นิ้ว เพราะถ้าช้ากว่านี้จะทำให้ตีลูกไม่ทัน

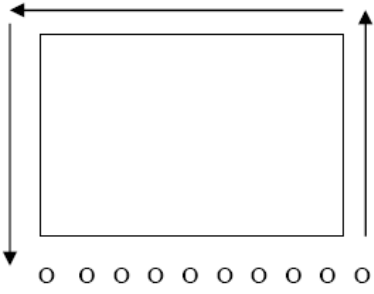
การตีลูกหยอด

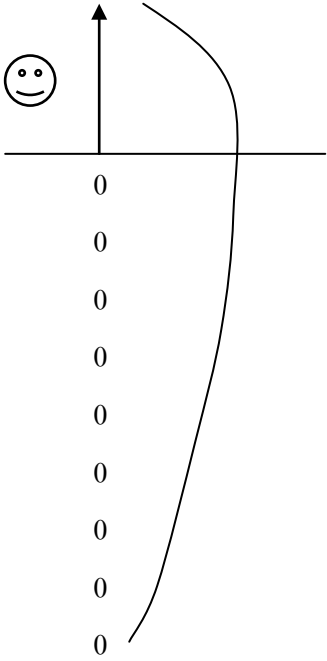


วิธีปฏิบัติ

เริ่มจากท่าเตรียม ก้าวเท้าด้านเดียวกับมือที่ถือไม้เข้าหาลูก ไม่ว่าจะเป็นการตีด้วยหน้ามือหรือหลังมือก็ตาม เอื้อมมือที่ถือไม้เข้าหาลูกให้หน้าไม้อยู่ใกล้กับลูกมากที่สุด เมื่อลูกกระดอนขึ้นให้ปิดหน้าไม้เข้าหาลูกให้กระทบเพียงเบาๆพอที่จะทำให้ลูกลอยข้ามตาข่ายกลับไปลงยังแดนของฝ่ายตรงข้าม

ขั้นตอนการสอน	กิจกรรมโดยใช้แรงงูใจ	ผลลัพธ์การเรียนรู้
<p>ขั้นนำ/อบอุ่นร่างกาย (5 นาที)</p> <p>1.ครูให้นักเรียนเข้าแถว</p> <p>แถวละ 11 คน เรียงตามลำดับ เลขที่ โดยมีลักษณะดังนี้</p> <div style="text-align: center;">  <p>😊 ครู ○ นักเรียน</p> </div> <p>2. ครูสำรวจเครื่องแต่งกายของนักเรียนและตรวจสอบนักเรียนที่ขาดเรียนโดยให้หัวหน้าแถวแต่ละแถวเป็นผู้ตรวจสอบและรายงานให้ครูทราบ</p> <p>3. ครูกล่าวชมเชยนักเรียนที่เข้าเรียนและแต่งตัวเรียบร้อย</p> <p>4. ครูสอบถามว่ามีนักเรียนที่ป่วยหรือไม่พร้อมเรียนสำหรับคาบนี้หรือไม่</p> <p>5. ครูนำการออกกำลังกาย ยืดเหยียดกล้ามเนื้อ และให้นักเรียนตอบคำถามเกี่ยวกับประโยชน์ของการยืดเหยียดกล้ามเนื้อ</p>	<p>- การกล่าวชมเชย</p> <p>-การใช้คำถามกระตุ้นความสนใจของนักเรียน</p>	<p>-นักเรียนเกิดคุณธรรมในเรื่องของการตรงต่อเวลาและความรับผิดชอบ</p> <p>-นักเรียนเห็นคุณค่าในตนเอง</p> <p>-นักเรียนเกิดความรู้เกี่ยวกับประโยชน์ของการยืดเหยียดกล้ามเนื้อ</p>

<p>ขั้นพัฒนาสมรรถภาพทางกาย (10 นาที)</p> <p>1. ให้นักเรียนวิ่งรอบสนาม จำนวน 2 รอบ</p>  <p>2. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม 5 กลุ่ม กลุ่มละ 9 คน</p> <p>3. ให้นักเรียนยืนหลังเส้นที่กำหนดไว้</p> <p>4. เมื่อได้ยินเสียงสัญญาณ ให้นักเรียนคนแรกของแต่ละแถว วิ่งไปแตะที่เส้นที่กำหนดไว้ แล้ววิ่งกลับมาต่อท้ายแถวของตน</p> <p>5. นักเรียนคนที่ 2 วิ่งไปแตะที่เส้นแล้ววิ่งกลับมาต่อท้ายแถว</p> <p>6. ทำเช่นนี้ไปเรื่อยๆจนกว่าจะครบทุกคน</p> <p>7. แถวใดทำครบและจัดแถวเป็นระเบียบก่อนเป็นฝ่ายชนะ ในกลุ่มหากเพื่อนคนใดที่วิ่งไปแล้วมือไม่แตะเส้นต้องวิ่งใหม่อีกครั้ง โดยทีมชนะจะได้รับคะแนนสะสมในการทำกิจกรรม</p>	<p>-การแข่งขันเป็นการสร้างสิ่งเร้าทั้งภายในและภายนอกตัวบุคคล</p> <p>-การทำงานเป็นทีม</p>	<p>-นักเรียนเกิดการพัฒนสมรรถภาพทางกาย ด้านความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ</p> <p>-นักเรียนเกิดการพัฒนสมรรถภาพทางกาย ด้านความเร็ว</p> <p>-นักเรียนเกิดการพัฒนสมรรถภาพทางกายในด้านความเร็วและความคล่องตัว</p> <p>-นักเรียนเกิดคุณธรรมในเรื่องของความซื่อสัตย์ และความมีน้ำใจนักกีฬา</p>
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

		
<p>8. ครูให้เพื่อนในชั้นเรียนแสดงความยินดีกับนักเรียนทีมที่ชนะ โดยการปรบมือและกล่าวคำชมเชยทีละ 1 ประโยค และให้นักเรียนทีมที่ชนะกล่าวให้กำลังใจนักเรียนทีมอื่น</p> <p>9. ครูกล่าวชมเชยนักเรียนทุกคน ที่ได้ปฏิบัติกิจกรรมตามที่ครูสั่ง</p>	<p>- การให้รางวัล</p> <p>- การให้กำลังใจ</p> <p>-การได้รับการยอมรับ</p> <p>-การกล่าวชมเชย</p>	<p>-นักเรียนมีเจตคติที่ดีต่อตนเอง เพื่อน และวิชาพลศึกษา</p> <p>-นักเรียนมีเจตคติที่ดีต่อตนเอง เพื่อน และวิชาพลศึกษา</p> <p>-นักเรียนเกิดความรู้ ความเข้าใจ ในการฝึกปฏิบัติในวิธีที่ถูกต้อง ของทักษะการตีลูกเร็วของกีฬาเทเบิลเทนนิส</p>
<p>ขั้นสอน/สาธิต/ฝึกปฏิบัติ (10นาที)</p> <p>1. ครูอธิบายหลักการปฏิบัติเทคนิคการตีลูกตบและลูกหยอด โดยดูเทปการแข่งขันกีฬาเทเบิลเทนนิส พร้อมกับครูอธิบายประกอบ</p> <p>2. ครูสาธิตการตีลูกตบและลูกหยอด</p> <p>3. ครูให้นักเรียนยืนเข้าแถวฝึกปฏิบัติท่าการตีลูกตบและลูกหยอดตามเสียงสัญญาณนกหวีดของครูทีละขั้นตอน อย่างละ 10 ครั้ง</p>	<p>-การใช้เทปบันทึกการแข่งขันเป็นสื่อในการสอนอธิบาย สาธิต และฝึกปฏิบัติ</p> <p>-การให้นักเรียนเริ่มต้นการฝึกจากสิ่งง่ายไปหาสิ่งที่ยากขึ้นตามลำดับ เพื่อ</p>	<p>-นักเรียนเกิดความรู้ ความเข้าใจ ในการฝึกปฏิบัติในวิธีที่ถูกต้อง ของทักษะการตีลูกตบ และลูกหยอดของกีฬาเทเบิลเทนนิส</p> <p>-นักเรียนเกิดการพัฒนาทักษะที่ได้ปฏิบัติ</p>

<p>4. ครูให้นักเรียนจับคู่ขึ้นประจำโต๊ะฝึกการตีลูกตบและลูกหยอดโดยให้นักเรียนคนหนึ่งเป็นผู้ส่งลูก และอีกฝ่ายตีโต้ลูกตบและลูกหยอดกลับมาและฝ่ายส่งลูก ส่งลูกใหม่อีกครั้งปฏิบัติทั้งด้านหน้ามือและหลังมือและสลับให้ผู้ส่งลูกเป็นผู้ตีโต้กลับมา</p> <p>5. เมื่อนักเรียนฝึกการตีลูกตบและลูกหยอดครบทุกแบบแล้ว ครูให้นักเรียนฝึกตีโต้ด้วยการตีลูกตบและลูกหยอด โดยการตีโต้ลูกเร็วไปเรื่อยๆ ให้สามารถตีโต้ได้นานที่สุด</p> <p>6. ครูกล่าวชมเชยนักเรียนที่สามารถปฏิบัติได้ถูกต้องและกล่าวให้กำลังใจและเสริมแรงให้กับนักเรียนที่ยังปฏิบัติไม่ถูกต้อง</p> <p>ชั้นนำไปใช้เล่นเพื่อความสนุกสนาน (20 นาที)</p> <p>1. แบบฝึก: ฝึกการตีลูกตบและลูกหยอด ครูให้นักเรียนจับคู่ ขึ้นประจำโต๊ะ โต๊ะละ 2 คู่ หันหน้าเข้าหากัน ให้นักเรียนตีโต้ลูกตบและลูกหยอด ให้ได้จำนวนครั้งมากที่สุดในเวลา 1 นาที คู่ใดตีโต้ได้จำนวนครั้งมากที่สุดเป็นผู้ชนะ โดยทีมชนะจะได้รับคะแนนสะสมในการทำกิจกรรมครูให้นักเรียนตีโต้ลูกตบและลูกหยอดทั้งด้านหน้ามือและหลังมือ</p>	<p>เป็นการตอบสนองความสำเร็จในการฝึกทักษะ</p> <p>- การกล่าวชมเชยและการให้กำลังใจ</p> <p>- การเสริมแรงเพื่อกระตุ้นความสามารถในการปฏิบัติกิจกรรม</p> <p>- การสร้างกิจกรรมหรือแบบฝึกที่มากกว่า 1 กิจกรรม หรือมีความหลากหลาย</p> <p>- มีความท้าทาย</p> <p>- การให้รางวัล</p>	<p>-ครูได้สังเกตการปฏิบัติทักษะของนักเรียนได้อย่างทั่วถึงและสามารถระบุข้อบกพร่องในการปฏิบัติได้ถูกต้อง</p> <p>-นักเรียนเกิดเจตคติที่ดีต่อตนเอง เพื่อน ครู และวิชาพลศึกษา</p> <p>-นักเรียนเกิดการพัฒนาทักษะที่ได้ปฏิบัติ</p> <p>-นักเรียนเกิดความรู้ ความเข้าใจจากการได้ลงมือปฏิบัติในทักษะที่ได้เรียน</p> <p>-นักเรียนเกิดความรู้ ความเข้าใจจากการได้ลงมือปฏิบัติในทักษะที่ได้เรียน</p>
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>2. แบบฝึก : แข่งขันการตีลูกตบและลูกหยอด ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม 5 กลุ่ม ครูให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนออกมา 1 คน เพื่อแข่งขันตีโต้ลูกตบและลูกหยอดให้นักเรียนตีโต้ลูกตบและลูกหยอด โดยนักเรียนสามารถใช้การตีลูกตบและลูกหยอดแบบใดก็ได้ ฝ่ายใดทำลูกเสียจะเป็นผู้แพ้ แข่งขันแบบพบกันหมด ตัวแทนจากทีมใดชนะมากที่สุดเป็นผู้ชนะในการแข่งขัน โดยทีมชนะจะได้รับคะแนนสะสมในการทำกิจกรรม</p> <p>3. ครูกล่าวชมเชยนักเรียนที่สามารถปฏิบัติได้ถูกต้องและกล่าวให้กำลังใจและเสริมแรงให้กับนักเรียนที่ยังปฏิบัติไม่ถูกต้อง</p> <p>4. ครูกล่าวชมเชยนักเรียนที่สามารถปฏิบัติได้ถูกต้องและกล่าวให้กำลังใจและเสริมแรงให้กับนักเรียนที่ยังปฏิบัติไม่ถูกต้อง</p> <p>5. ครูให้นักเรียน Cool Down</p> <ul style="list-style-type: none"> - สะบัดข้อมือ - หมุนคอ - นั่งยืดขามาข้างหน้า ก้มตัวให้มือแตะปลายเท้า <p>ขั้นสรุปและสรุปปฏิบัติ (5 นาที)</p> <p>1. ครูพูดให้กำลังใจนักเรียน และให้แรงเสริม ได้แก่ การกล่าวชมเชย</p> <p>2. ครูผู้สอนนัดหมายให้นักเรียนไปฝึกซ้อมการปฏิบัติเทคนิคการตีลูกตบและลูกหยอดของกีฬาเทเบิลเทนนิสที่ได้เรียนไปในวันนี้</p>	<p>-การแข่งขันเป็นการสร้างสิ่งเร้า เป็นการกระตุ้นพฤติกรรม เป็นแรงผลักดันทั้งภายในและภายนอกตัวบุคคล เพื่อให้ไปถึงเป้าหมาย</p> <p>-การให้รางวัล</p> <p>-การกล่าวชมเชย</p> <p>-การให้กำลังใจ</p> <p>-การเสริมแรง</p> <p>-การกล่าวชมเชย</p> <p>-การให้กำลังใจ</p> <p>-การเสริมแรง</p> <p>-การให้กำลังใจ</p> <p>-การเสริมแรง</p>	<p>-นักเรียนเกิดเจตคติที่ดีต่อตนเอง เพื่อน ครู และวิชาพลศึกษา</p> <p>-นักเรียนมีเจตคติที่ดีต่อตนเอง เพื่อน ครู และวิชาพลศึกษา</p> <p>-นักเรียนเห็นคุณค่าในตนเอง ครู เพื่อน และวิชาพลศึกษา</p> <p>-นักเรียนได้พัฒนาทักษะจากภาคความรู้ไปสู่การปฏิบัติ</p> <p>-นักเรียนนำความรู้ ความเข้าใจในทักษะที่ได้ไปประยุกต์ใช้ในการเล่นกีฬา เพื่อเพิ่มขีดความสามารถในตัวเอง</p>
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

3.ครูตรวจสมุดบันทึกการเรียนวิชาพลศึกษา เพื่อบันทึกการฝึกทักษะ หรือการเล่นกีฬา นอกเวลาเรียน	-การให้มีสมุดบันทึกเป็น การกระตุ้นพฤติกรรม เพื่อนำเอาความรู้จากการ เรียนทักษะมาใช้ นอกเหนือเวลาเรียน	
4. ครูให้นักเรียนไปสุขปฏิบัติ		

การวัดและประเมินผล

วิธีวัด/สิ่งที่วัด

สังเกตพฤติกรรม/การเข้าร่วมทำกิจกรรม การปฏิบัติการบริหารร่างกาย และการปฏิบัติ
ขณะมอบหมายงานให้ฝึกปฏิบัติ

เครื่องมือวัด

แบบสังเกตพฤติกรรม การเข้าร่วมกิจกรรมและการบริหารร่างกาย
การวัดและประเมินผล

วิธีวัด/สิ่งที่วัด

สังเกตพฤติกรรม/การเข้าร่วมทำกิจกรรม การปฏิบัติการบริหารร่างกาย และการปฏิบัติ
ขณะมอบหมายงานให้ฝึกปฏิบัติ

เครื่องมือวัด

แบบสังเกตพฤติกรรม การเข้าร่วมกิจกรรมและการบริหารร่างกาย
อุปกรณ์และสื่อการเรียนการสอน

1. ไม้ปิงปอง
2. ลูกปิงปอง
3. โต้ะปิงปอง 5 ตัว
4. นกหวีด

เกณฑ์การวัด

1. นักเรียนได้คะแนนจากแบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม ไม่ต่ำกว่าร้อยละ 80
จึงจะถือว่าผ่านเกณฑ์การประเมิน

หนังสืออ้างอิง

เทพประสิทธิ์ กุศลวัชวิชัย. (2555). เทคนิคและทักษะกีฬาเทเบิลเทนนิสขั้นสูง. กรุงเทพฯ:
สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
SKY SPORTS TEAM. (2550). เทเบิลเทนนิส. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์สกายบุ๊กส์

บันทึกหลังการสอน

ผลการสอน

ปัญหาและอุปสรรค

ข้อเสนอแนะในคาบเรียนถัดไป

ลงชื่อ.....

(.....)

วันที่.....เดือน.....ปี.....

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 7

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา สาระวิชาพลศึกษา

ระดับชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้อง 8	จำนวนนักเรียน 47 คน
ผู้สอน นางสาวพัชรี พูลสวัสดิ์	กิจกรรมพลศึกษา เทเบิลเทนนิส
หน่วยการเรียนรู้ ทักษะพื้นฐาน	แผนการเรียนรู้ที่ 7 การส่งลูกหมุน การรับลูกจากการส่ง
สถานที่ สนามกีฬาโรงเรียนราชดำริ	เวลา 50 นาที

สาระการเรียนรู้ที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย เกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

- มาตรฐาน** พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา
- พ 3.2 ระวังการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ สม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา
- พ 4.1 เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรคและการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

สาระสำคัญ

การส่งลูกหมุนเป็นทักษะการส่งลูกขึ้นสูง หรือถือว่าเป็นเทคนิคของการเล่นเกมการแข่งขัน ซึ่งโดยทั่วไปแล้วผู้เล่นที่เป็นฝ่ายส่งลูกจะเป็นผู้ได้เปรียบอย่างมากสำหรับการเล่นเทเบิลเทนนิส อาจกล่าวได้ว่า “ผู้เล่นคนใดสามารถส่งลูกได้ดีและได้เต็ม หรือทำคะแนนได้จากการเป็นผู้ส่งทุกครั้งจะเป็นผู้ชนะตลอดกาล”

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. นักเรียนสามารถอธิบายเทคนิคการส่งลูกหมุน และการรับลูกจากการส่งได้อย่างถูกต้อง
2. นักเรียนสามารถส่งลูกหมุนแบบต่างๆ ตามที่ครูกำหนดได้อย่างถูกต้อง
3. นักเรียนสามารถพัฒนาสมรรถภาพด้านการทรงตัว
4. นักเรียนแสดงคุณลักษณะ โดยตั้งใจฝึกปฏิบัติเทคนิคการส่งลูกหมุนและการรับลูกจากการส่ง ตามแบบฝึกที่ครูกำหนดให้
5. นักเรียนแสดงถึงความมีน้ำใจนักกีฬา ยอมรับในคำตัดสินจากการเล่นเกมและการแข่งขันการปฏิบัติทักษะต่างๆ ในกีฬาเทเบิลเทนนิส

ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

นักเรียน ร้อยละ 80 มีความรู้ในเทคนิคการส่งลูกหมุน ด้านหน้ามือและหลังมือแบบต่างๆ ของกีฬาเทเบิลเทนนิส และสามารถปฏิบัติท่าทางได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม

สาระการเรียนรู้

เทคนิคการส่งลูกหมุน

เทคนิคการส่งลูกหมุน หรือทักษะขั้นสูงสำหรับการส่งลูก หรือวิธีการส่งลูกหมุนแบบต่างๆ นั้น ผู้ที่จะมีความสามารถส่งลูกได้ดีมีประสิทธิภาพจำเป็นต้องเข้าใจหลักพื้นฐานของการส่ง การกระดอน และหลักการหมุนของลูกเป็นอย่างดี การส่งลูกหมุนหรือเทคนิคการส่งลูกสามารถส่งลูกได้หลายแบบ ได้แก่

1. การส่งลูกหมุนขึ้น
2. การส่งลูกหมุนกลับ
3. การส่งลูกหมุนข้าง
4. การส่งลูกหมุนแบบผสม

การส่งลูกด้วยหน้ามือ

คือการตีลูกจากการโยนด้วยมือที่ไม่ได้ถือไม้ขึ้นเป็นแนวตรงและตีลูกให้ตกกระทบโต๊ะด้านผู้ตี 1 ครั้ง ก่อนจะกระดอนข้ามตาข่ายไปลงยังแดนฝ่ายตรงข้าม (โต๊ะด้านฝ่ายตรงข้าม) โดยใช้หน้าไม้ด้านในกระทบลูก หรือจากการเหวี่ยงไม้จากด้านที่มีมือถือเฉียงเข้าหาโต๊ะ เรียกว่า "การส่งลูกด้วยหน้ามือ" ไม่ว่าจะเป็นการจับไม้แบบใดก็ตาม

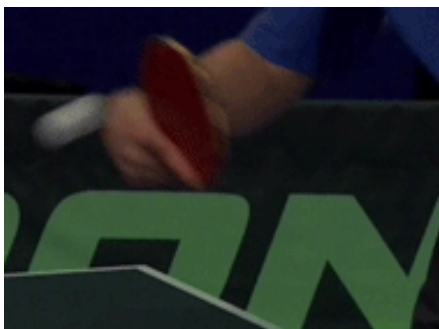


วิธีปฏิบัติ

1. จากท่าเตรียม ใช้มือที่ไม่ได้จับไม้ ถี้อลูกแล้วก้าวเท้าตรงกันข้ามกับด้านของมือที่ถือไม้ไปข้างหน้า 1 ก้าว ให้ไหล่ด้านมือที่ถือลูกเอียงเข้าหาโต๊ะ
2. ยกมือที่ถือลูกแบออกให้ลูกอยู่บนฝ่ามือ เหวี่ยงมือที่ถือไม้ไปด้านหลัง พร้อมทั้งโยนลูกให้ลอยขึ้นสูงประมาณ 6-8 นิ้ว
3. สายตาจับที่ลูก เหวี่ยงไม้ตีลูกให้หน้าไม้กระทบลูกในลักษณะปิดหน้าไม้ เป็นมุม 45-60 องศา
4. เมื่อไม้กระทบลูกแล้วปาด หรือเคลื่อนหน้าไม้เข้าหาโต๊ะ ให้ลูกตกลง 1 ครั้ง แล้วกระดอนข้ามตาข่ายไปตกบนโต๊ะด้านฝ่ายตรงกันข้าม
5. รีบเคลื่อนที่กลับสู่ท่าเตรียม พร้อมทั้งจะรับลูกจากการตีของฝ่ายตรงกันข้าม

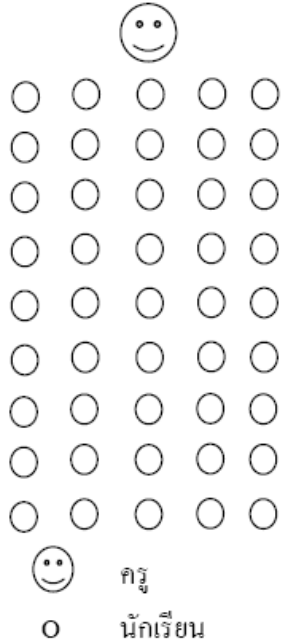
การส่งลูกด้วยหลังมือ

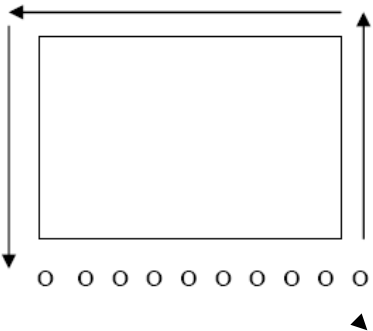
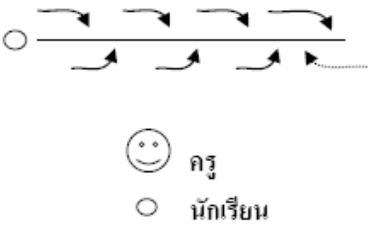
คือการตีลูกจากการโยนให้ตกบนด้านผู้ตี 1 ครั้ง แล้วกระดอนข้ามไปตกยังโต๊ะฝ่ายตรงกันข้าม โดยการเริ่มจากการเงี้ยวไม้รอก่อนตีไปทางด้านตรงข้ามกับมือที่ถือไม้ ไม่ว่าจะเป็นการจับไม้แบบใดก็เรียกว่า “การส่งลูกด้วยหลังมือ”




วิธีปฏิบัติ

1. จากท่าเตรียม ก้าวเท้าข้างเดียวกับมือที่ถือไม้ไปข้างหน้า 1 ก้าว และเอียงไหล่เข้าหาโต๊ะเล็กน้อย มืออีกข้างหนึ่งถือลูก แบมือออก
2. โยนลูกให้สูง 6-8 นิ้ว โดยเอื้อมมือเลยไปอยู่ใกล้ขอบโต๊ะพร้อมทั้งเหวี่ยงมือที่ถือไม้ไปด้านหลังไหล่ตรงข้าม
3. สายตาจับที่ลูกตลอดเวลา โบกไม้ตีลูกให้หน้าปะทะลูกในลักษณะบิดเอียง เป็นมุมประมาณ 45-60 องศา
4. เมื่อหน้าไม้ปะทะลูกแล้ว ให้ส่งแรงออกไปหาโต๊ะ ให้ลูกกระดอนลงพื้นโต๊ะ 1 ครั้ง แล้วลอยข้ามไปตกยังโต๊ะด้านของฝ่ายตรงกันข้าม
5. ส่งหน้าไม้ตามแรงฟ่อนแขนกลับมาสู่ท่าเตรียม

ขั้นตอนการสอน	กิจกรรมโดยใช้แรงจูงใจ	ผลลัพธ์การเรียนรู้
<p>ขั้นนำ/อบอุ่นร่างกาย (5 นาที)</p> <p>1. ครูให้นักเรียนเข้าแถว แถวละ 11 คน เรียงตามลำดับเลขที่โดยมีลักษณะดังนี้</p> <div style="text-align: center;">  <p>ครู นักเรียน</p> </div> <p>2. ครูสำรวจเครื่องแต่งกายของนักเรียนและตรวจสอบนักเรียนที่ขาดเรียนโดยให้หัวแถวแต่ละแถวเป็นผู้ตรวจสอบและรายงานให้ครูทราบ</p> <p>3. ครูกล่าวชมเชยนักเรียนที่เข้าเรียนและแต่งตัวเรียบร้อย</p> <p>4. ครูสอบถามว่ามีนักเรียนที่ป่วยหรือไม่พร้อมเรียนสำหรับคาบนี้หรือไม่</p> <p>5. ครูนำการออกกำลังกาย ยืดเหยียดกล้ามเนื้อและให้นักเรียนตอบคำถามเกี่ยวกับประโยชน์ของการยืดเหยียดกล้ามเนื้อ</p>	<p>-การกล่าวชมเชย</p> <p>-การใช้คำถามกระตุ้นความสนใจของนักเรียน</p> <p>-การใช้คำถามกระตุ้นความสนใจของนักเรียน</p>	<p>-นักเรียนเกิดคุณธรรมในเรื่องของการตรงต่อเวลาและความรับผิดชอบ</p> <p>-นักเรียนเห็นคุณค่าในตนเอง</p> <p>-นักเรียนเกิดความรู้เกี่ยวกับประโยชน์ของการยืดเหยียดกล้ามเนื้อ</p>

<p>ขั้นพัฒนาสมรรถภาพทางกาย (10 นาที)</p> <p>1. ให้นักเรียนวิ่งรอบสนาม จำนวน 2 รอบ</p>  <p>2. ครูให้นักเรียนวิ่งซิกแซกระยะทาง 5 เมตร 1 รอบ</p>  <p>3. ให้นักเรียนแข่งขันวิ่งซิกแซกระยะทาง 5 เมตร 1 รอบ เป็นแถว แถวใดวิ่งจำนวนคนครบและนั่งเป็นระเบียบเรียบร้อยก่อนเป็นทีมชนะ</p> <p>4. ครูกล่าวชมเชยนักเรียนทุกคน ที่ปฏิบัติตามกิจกรรมตามที่ครูสั่งและให้นักเรียนปรบมือให้กับทีมที่ชนะ และปรบมือให้ตนเอง</p> <p>5. ครูทบทวนการจับไม้ การปฏิบัติท่าเตรียม และการตีลูกโดนให้นักเรียนทำท่ามือเปล่า ด้านหน้ามือและหลังมือ 10 ครั้ง</p> <p>6. ครูกล่าวคำชมเชยนักเรียนทุกคน ที่ได้ปฏิบัติตามกิจกรรมตามที่ครูสั่ง</p>	<p>-นักเรียนเกิดการพัฒนาสมรรถภาพทางกาย ด้านความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ</p> <p>-นักเรียนเกิดการพัฒนาสมรรถภาพทางกาย ด้านความคล่องตัว การทรงตัวและความเร็ว</p> <p>-การแข่งขันเป็นการสร้างสิ่งเร้าทั้งภายในและภายนอกตัวบุคคล</p> <p>-การทำงานเป็นทีม</p> <p>-การกล่าวชมเชย</p> <p>-การให้รางวัล</p> <p>-การได้รับการยอมรับ</p> <p>-การกล่าวคำชมเชย</p> <p>-การให้กำลังใจ</p>	<p>-นักเรียนเกิดการพัฒนาสมรรถภาพทางกาย ด้านความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ</p> <p>-นักเรียนเกิดการพัฒนาสมรรถภาพทางกาย ด้านความคล่องตัว การทรงตัวและความเร็ว</p> <p>-นักเรียนเกิดเจตคติที่ดีต่อตนเอง เพื่อน ครู และวิชาพลศึกษา</p> <p>-นักเรียนเกิดเจตคติที่ดีต่อตนเอง เพื่อน ครู และวิชาพลศึกษา</p>
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>ขั้นสอน/สาธิต/ฝึกปฏิบัติ (10 นาที)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ครูอธิบายหลักการปฏิบัติเทคนิคการส่งลูกหมุน 2. ครูสาธิตการส่งลูกหมุน 3. ครูให้นักเรียนฝึกปฏิบัติส่งลูกหมุนตามเสียงสัญญาณนกหวีดของครู จำนวน 10 ครั้ง  <ol style="list-style-type: none"> 4. ครูให้นักเรียนทุกคนนั่งหันหน้าเข้าผนัง ฝึกปฏิบัติทักษะการส่งลูกหมุนให้ลงจุดที่ครูกำหนด 5. ครูให้นักเรียนจับกลุ่ม 5 กลุ่ม ยืนประจำโต๊ะ ครูคัดเลือกนักเรียนที่ปฏิบัติการส่งลูกหมุนได้ดีมาอยู่ฝั่งผู้ส่งลูก ให้นักเรียนที่เหลือเป็นผู้รับลูก โดยต่อแถวสลับกันรับลูกจากการส่งลูกหมุน ไปเรื่อยๆ เมื่อรับลูกแล้วให้ไปต่อท้ายแถว 	<p>-การสอนหรือการฝึกปฏิบัติ ที่มากกว่า 1 กิจกรรม หรือมีความหลากหลายในการฝึก</p> <p>-การให้นักเรียนเริ่มต้นการฝึกจากสิ่งง่ายไปหาสิ่งที่ยากขึ้นตามลำดับ เพื่อเป็นการตอบสนองความสำเร็จในการฝึกทักษะ</p>	<p>-นักเรียนเกิดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับทักษะกีฬาเทเบิลเทนนิส</p> <p>-นักเรียนเกิดการพัฒนาทักษะจากการปฏิบัติ</p> <p>-นักเรียนเกิดความรู้ความเข้าใจในการฝึกปฏิบัติในวิธีที่ถูกต้องของทักษะการตีลูกหมุนของกีฬาเทเบิลเทนนิส</p> <p>-นักเรียนเกิดการพัฒนาทักษะที่ได้ปฏิบัติ</p> <p>-ครูได้สังเกตการปฏิบัติทักษะของนักเรียนได้อย่างทั่วถึงและสามารถระบุข้อบกพร่องในการปฏิบัติได้ถูกต้อง</p>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

		
<p>6. ครูให้นักเรียนยืนเข้าแถวที่โต๊ะ เพื่อรับลูก การจากการส่งลูกหมุนของครู</p> <p>7. ครูกล่าวชมเชยนักเรียนที่สามารถปฏิบัติ ได้ถูกต้อง และกล่าวให้กำลังใจและ เสริมแรงให้กับนักเรียนที่ยังปฏิบัติไม่ ถูกต้อง</p>	<p>-การกล่าวชมเชยและ การให้กำลังใจ</p> <p>-การเสริมแรงเพื่อ กระตุ้นความ สามารถ ในการปฏิบัติกิจกรรม</p>	<p>-นักเรียนเกิดเจตคติที่ดี ต่อตนเอง เพื่อน ครู และ วิชาพลศึกษา</p>
<p>ชั้นนำไปใช้เล่นเพื่อความสนุกสนาน (20 นาที)</p> <p>1. แบบฝึก: ฝึกการส่งลูกหมุนและการรับ ลูกจากการส่งครูให้นักเรียนจับคู่ ยืน ประจำโต๊ะ โต๊ะละ 2 คู่หันหน้าเข้าหากัน ให้นักเรียนส่งลูกหมุนและตีโต้กลับมาให้ ได้จำนวนครั้งมากที่สุด ในเวลา 1 นาที คู่ ใดตีโต้ได้จำนวนครั้งมากที่สุดเป็นผู้ชนะ</p> <p>2.แบบฝึก : แข่งขันการตีโต้</p> <p>ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม 5 กลุ่ม ครูให้แต่ละ กลุ่มส่งตัวแทนออกมา 1 คน เพื่อแข่งขันตี โต้ โดยให้นักเรียนเริ่มส่งลูกด้วยลูกหมุน และตีโต้กลับมานักเรียนสามารถใช้การตี แบบใดก็ได้ ฝ่ายใดทำลูกเสียจะเป็นผู้แพ้ แข่งขันแบบพบกันหมด ตัวแทนจากทีมใด ชนะมากที่สุดเป็นผู้ชนะในการแข่งขัน โดย ทีมชนะจะได้รับคะแนนสะสมในการทำ กิจกรรม</p>	<p>-การสร้างกิจกรรมการ ฝึกมากกว่า 1 กิจกรรม หรือมีความหลากหลาย</p> <p>-การแข่งขันเป็นการ สร้างสิ่งเร้า เป็นการ กระตุ้นพฤติกรรม เป็น แรงผลักดันทั้งภายใน ปลายนอกตัวบุคคล เพื่อให้ไปถึงเป้าหมาย</p> <p>-มีความท้าทาย</p> <p>-การให้รางวัล</p>	<p>-นักเรียนเกิดการทักษะ จากการปฏิบัติ</p> <p>-นักเรียนเกิดความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับ ทักษะกีฬาเทเบิลเทนนิส</p> <p>-นักเรียนเกิดการพัฒนา ทักษะที่ได้ปฏิบัติ</p>

<p>3. ครูกล่าวชมเชยนักเรียนที่สามารถปฏิบัติได้ถูกต้อง และกล่าวให้กำลังใจและเสริมแรงให้กับนักเรียนที่ยังปฏิบัติไม่ถูกต้อง</p>	<p>-การกล่าวคำชมเชย -การให้กำลังใจ</p>	<p>-นักเรียนเกิดเจตคติที่ดีต่อตนเอง เพื่อน ครู และวิชาพลศึกษา</p>
<p>4. ครูกล่าวชมเชยนักเรียนที่สามารถปฏิบัติได้ถูกต้อง และกล่าวให้กำลังใจและเสริมแรงให้กับนักเรียนที่ยังปฏิบัติไม่ถูกต้อง</p>	<p>-การกล่าวชมเชย -การให้กำลังใจ -การเสริมแรงเพื่อกระตุ้นความสามารถในการปฏิบัติกิจกรรม</p>	<p>-นักเรียนเกิดเจตคติที่ดีต่อตนเอง เพื่อน ครู และวิชาพลศึกษา</p>
<p>5. ครูให้นักเรียน Cool Down</p> <ul style="list-style-type: none"> - สะบัดข้อมือ - หมุนคอ - นั้งยืดขามาข้างหน้า ก้มตัวให้มือแตะปลายเท้า 		
<p>ขั้นสรุปและสรุปปฏิบัติ (5 นาที)</p>		
<p>1. ครูพูดให้กำลังใจนักเรียน และให้แรงเสริม ได้แก่ การกล่าวชมเชย</p>	<p>-การพูดให้กำลังใจ -การเสริมแรง</p>	<p>-นักเรียนเกิดเจตคติที่ดีต่อตนเอง เพื่อน ครู และวิชาพลศึกษา</p>
<p>2. ครูผู้สอนนัดหมายให้นักเรียนไปฝึกซ้อมการปฏิบัติทำการส่งลูกหมุนเทเบิลเทนนิสที่ได้เรียนไปในวันนี้</p>		
<p>3.ครูตรวจสอบบันทึกการเรียนวิชาพลศึกษาเพื่อบันทึกการฝึกทักษะ หรือการเล่นกีฬา นอกเวลาเรียน</p>	<p>-การให้มีสมุดบันทึกเป็นการกระตุ้นพฤติกรรม เพื่อนำเอาความรู้จากการเรียนทักษะมาใช้ นอกเหนือเวลาเรียน</p>	<p>-นักเรียนนำความรู้ ความเข้าใจในทักษะที่ได้ไปประยุกต์ใช้ในการเล่นกีฬา เพื่อเพิ่มขีดความสามารถในตัวเอง</p>
<p>4. ครูให้นักเรียนไปสรุปปฏิบัติ</p>		

การวัดและประเมินผล

วิธีวัด/สิ่งที่วัด

สังเกตพฤติกรรม/การเข้าร่วมทำกิจกรรม การปฏิบัติการบริหารร่างกาย และการปฏิบัติ
ขณะมอบหมายงานให้ฝึกปฏิบัติ สังเกตพฤติกรรม/การเข้าร่วมทำกิจกรรม การปฏิบัติการบริหาร
ร่างกาย และการปฏิบัติขณะมอบหมายงานให้ฝึกปฏิบัติ

เครื่องมือวัด

แบบสังเกตพฤติกรรม การเข้าร่วมกิจกรรมและการบริหารร่างกาย

อุปกรณ์และสื่อการเรียนการสอน

1. ไม้ปิงปอง
2. ลูกปิงปอง
3. โต้ะปิงปอง 5 ตัว
4. นกหวีด

เกณฑ์การวัด

1. นักเรียนได้คะแนนจากแบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม ไม่ต่ำกว่าร้อยละ 80
จึงจะถือว่าผ่านเกณฑ์การประเมิน

หนังสืออ้างอิง

เทพประสิทธิ์ กุศลวิชิตชัย. (2555). เทคนิคและทักษะกีฬาเทเบิลเทนนิสขั้นสูง. กรุงเทพฯ:

สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บันทึกหลังการสอน

ผลการสอน

ปัญหาและอุปสรรค

ข้อเสนอแนะในคาบเรียนถัดไป

ลงชื่อ.....

(.....)

วันที่.....เดือน.....ปี.....

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 8

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา สาระวิชาพลศึกษา

ระดับชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้อง 8	จำนวนนักเรียน 47 คน
ผู้สอน นางสาวพัชรี พูลสวัสดิ์	กิจกรรมพลศึกษา เทเบิลเทนนิส
หน่วยการเรียนรู้ ทักษะพื้นฐาน	แผนการเรียนรู้ที่ 7 การส่งลูกหมุน การรับลูกจากการส่ง
สถานที่ สนามกีฬาโรงเรียนราชดำริ	เวลา 50 นาที

สาระการเรียนรู้ที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย เกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

- มาตรฐาน** พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา
- พ 3.2 ระวังการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ สม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติการมีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา
- พ 4.1 เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรคและการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

สาระสำคัญ

ทักษะกีฬาเทเบิลเทนนิส เป็นทักษะที่สำคัญ จะเป็นส่วนที่ทำให้สามารถเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิสได้สมบูรณ์ ถูกต้องและสนุกสนานขึ้น ซึ่งถ้ามีความเข้าใจดีทักษะพอแล้วจะช่วยให้สามารถพัฒนาทักษะให้สูงขึ้นได้เร็วและถูกต้องต่อไป

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. นักเรียนสามารถอธิบายการทดสอบทักษะกีฬาได้อย่างถูกต้อง
2. นักเรียนสามารถทดสอบทักษะ ตามที่ครูกำหนดได้อย่างถูกต้อง
3. นักเรียนสามารถพัฒนาสมรรถภาพด้านการทรงตัว ความอ่อนตัว
4. นักเรียนแสดงคุณลักษณะ โดยตั้งใจทำการทดสอบทักษะกีฬา
5. นักเรียนแสดงถึงความมีความซื่อสัตย์ในการปฏิบัติการทดสอบทักษะต่าง ๆ ในกีฬาเทเบิลเทนนิส

ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

นักเรียน ร้อยละ 80 มีสามารถทดสอบทักษะต่าง ๆ ของกีฬาเทเบิลเทนนิสได้และสามารถปฏิบัติท่าทางได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม

สาระการเรียนรู้

การทดสอบการตีลูกหน้ามือได้กับคู่ (10 คะแนน)

วัตถุประสงค์ เพื่อทดสอบความสามารถในการตีลูกหน้ามือได้กับคู่

วิธีการทดสอบ

1. นักเรียนทดสอบครั้งละ 2 คน ยืนประจำโต๊ะ
2. เมื่อได้ยินสัญญาณเริ่ม ให้นักเรียนส่งลูกและตีโต้ด้วยหน้ามือให้ได้จำนวนครั้งมากที่สุด
3. จับเวลา 20 วินาที
4. นับจำนวนครั้งที่ตีโต้ได้
5. จดบันทึกคะแนนลงในแบบบันทึก

เกณฑ์ในการทดสอบ

1. คูท่าทางตีโต้หน้ามือ คือ การจับไม้ การเตรียมพร้อม การเหวี่ยงโต้ตีลูก การส่งแรงตาม การก้าวเท้า และการทรงตัว เป็นต้น (5 คะแนน)
2. คูจากจำนวนครั้งที่ตีโต้กับคู่ (5 คะแนน)

การทดสอบการตีลูกหลังมือได้กับคู่ (10 คะแนน)

วัตถุประสงค์ เพื่อทดสอบความสามารถในการตีลูกหลังมือได้กับคู่

วิธีการทดสอบ

1. นักเรียนทดสอบครั้งละ 2 คน ยืนประจำโต๊ะ
2. เมื่อได้ยินสัญญาณเริ่ม ให้นักเรียนส่งลูกและตีโต้ด้วยหลังมือให้ได้จำนวนครั้งมากที่สุด
3. จับเวลา 20 วินาที
4. นับจำนวนครั้งที่ตีโต้ได้
5. จดบันทึกคะแนนลงในแบบบันทึก

เกณฑ์ในการทดสอบ

1. คูท่าทางตีโต้หลังมือ คือ การจับไม้ การเตรียมพร้อม การเหวี่ยงโต้ตีลูก การส่งแรงตาม การก้าวเท้า และการทรงตัว เป็นต้น (5 คะแนน)
2. คูจากจำนวนครั้งที่ตีโต้กับคู่ (5 คะแนน)

การทดสอบการส่งลูก และการรับลูกจากการส่ง (10 คะแนน)

วัตถุประสงค์ เพื่อทดสอบความสามารถในการส่งลูกและการรับลูกจากการส่ง

วิธีการทดสอบ

1. นักเรียนทดสอบครั้งละ 2 คน ขึ้นประจำโต๊ะ
2. เมื่อได้ยินสัญญาณเริ่ม ให้นักเรียนส่งลูกให้ฝ่ายตรงข้าม
3. ให้นักเรียนฝ่ายตรงข้ามรับลูกจากการส่ง โดยตีกลับมาให้ฝ่ายส่งลูก
4. ส่งลูกจำนวน 5 ครั้ง และเปลี่ยนให้ฝ่ายรับลูกเป็นฝ่ายส่งลูก
5. จดบันทึกคะแนนลงในแบบบันทึก

เกณฑ์ในการทดสอบ

1. คู่มือทางการส่งลูก คือ การเตรียมพร้อม การโยนลูก การตีลูก ทิศทางของลูก ความรุนแรง และการหมุนของลูก (5 คะแนน)
2. การรับลูกจากการส่ง 5 ลูก (5 คะแนน)

การตีลูกหมุน (10 คะแนน)

วัตถุประสงค์ เพื่อทดสอบความสามารถในการตีลูกหมุน

วิธีการทดสอบ

1. นักเรียนทดสอบครั้งละ 2 คน ขึ้นประจำโต๊ะ
2. เมื่อได้ยินสัญญาณเริ่ม ให้นักเรียนส่งลูกให้ฝ่ายตรงข้าม
3. ให้นักเรียนฝ่ายตรงข้ามตีลูกกลับมาโดยการตีลูกหมุน จำนวน 5 ครั้ง และเปลี่ยนให้ฝ่ายรับลูกเป็นฝ่ายส่งลูก
4. จดบันทึกคะแนนลงในแบบบันทึก

เกณฑ์ในการทดสอบ

1. การตีลูกหมุน 5 ลูก (5 คะแนน)

การตีลูกเร็ว (10 คะแนน)

วัตถุประสงค์ เพื่อทดสอบความสามารถในการตีลูกเร็ว

วิธีการทดสอบ

1. นักเรียนทดสอบครั้งละ 2 คน ขึ้นประจำโต๊ะ
2. เมื่อได้ยินสัญญาณเริ่ม ให้นักเรียนส่งลูกให้ฝ่ายตรงข้าม

3. ให้นักเรียนฝ่ายตรงข้ามตีลูกกลับมาโดยการตีลูกเร็ว จำนวน 5 ครั้ง และเปลี่ยนให้ฝ่ายรับลูกเป็นฝ่ายส่งลูก

4. จดบันทึกคะแนนลงในแบบบันทึก

เกณฑ์ในการทดสอบ

1. การตีลูกเร็ว 5 ลูก (5 คะแนน)

การตีลูกตบ (10 คะแนน)

วัตถุประสงค์ เพื่อทดสอบความสามารถในการตีลูกตบ

วิธีการทดสอบ

1. นักเรียนทดสอบครั้งละ 2 คน ยืนประจำโต๊ะ

2. เมื่อได้ยินสัญญาณเริ่ม ให้นักเรียนส่งลูกให้ฝ่ายตรงข้าม

3. ให้นักเรียนฝ่ายตรงข้ามตีลูกกลับมาโดยการตีลูกตบ จำนวน 5 ครั้ง และเปลี่ยนให้ฝ่ายรับลูกเป็นฝ่ายส่งลูก

4. จดบันทึกคะแนนลงในแบบบันทึก

เกณฑ์ในการทดสอบ

1. การตีลูกตบ 5 ลูก (5 คะแนน)

การตีลูกหยอด (10 คะแนน)

วัตถุประสงค์ เพื่อทดสอบความสามารถในการตีลูกหยอด

วิธีการทดสอบ

1. นักเรียนทดสอบครั้งละ 2 คน ยืนประจำโต๊ะ

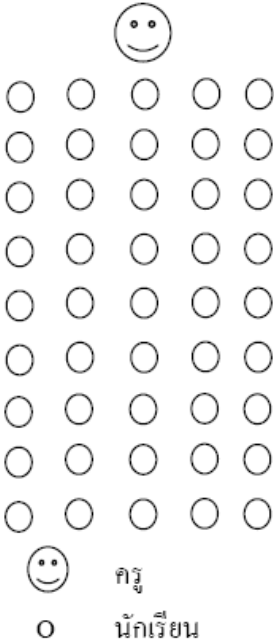
2. เมื่อได้ยินสัญญาณเริ่ม ให้นักเรียนส่งลูกให้ฝ่ายตรงข้าม

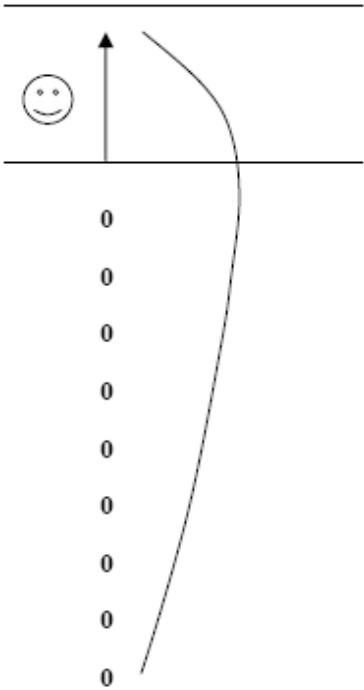
3. ให้นักเรียนฝ่ายตรงข้ามตีลูกกลับมาโดยการตีลูกหยอด จำนวน 5 ครั้ง และเปลี่ยนให้ฝ่ายรับลูกเป็นฝ่ายส่งลูก

4. จดบันทึกคะแนนลงในแบบบันทึก

เกณฑ์ในการทดสอบ

1. การตีลูกหยอด 5 ลูก (5 คะแนน)

ขั้นตอนการสอน	กิจกรรมโดยใช้แรงจูงใจ	ผลลัพธ์การเรียนรู้
<p>ขั้นนำ/อบอุ่นร่างกาย (5 นาที)</p> <p>1. ครูให้นักเรียนเข้าแถว แถวละ 11 คน เรียงตามลำดับเลขที่โดยมีลักษณะดังนี้</p> <div style="text-align: center;">  <p>☺ ครู ○ นักเรียน</p> </div> <p>2. ครูสำรวจเครื่องแต่งกายของนักเรียนและตรวจสอบนักเรียนที่ขาดเรียนโดยให้หัวแถวแต่ละแถวเป็นผู้ตรวจสอบและรายงานให้ครูทราบ</p> <p>3. ครูกล่าวชมเชยนักเรียนที่เข้าเรียนและแต่งตัวเรียบร้อย</p> <p>4. ครูสอบถามว่ามีนักเรียนที่ป่วยหรือไม่ พร้อมเรียนสำหรับคาบนี้หรือไม่</p> <p>5. ครูนำการออกกำลังกาย ยืดเหยียดกล้ามเนื้อ และให้นักเรียนตอบคำถามเกี่ยวกับประโยชน์ของการยืดเหยียดกล้ามเนื้อ</p>	<p>-การกล่าวชมเชย</p> <p>-การใช้คำถามกระตุ้นความสนใจของนักเรียน</p> <p>- การใช้คำถามกระตุ้นความสนใจของนักเรียน</p>	<p>- นักเรียนเกิดคุณธรรมในเรื่องของการตรงต่อเวลาและความรับผิดชอบ</p> <p>-นักเรียนเห็นคุณค่าในตนเอง</p> <p>-นักเรียนเกิดความรู้เกี่ยวกับประโยชน์ของการยืดเหยียดกล้ามเนื้อ</p>

<p>ขั้นพัฒนาสมรรถภาพทางกาย (10 นาที)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม 5 กลุ่ม กลุ่มละ 9 คน 2. ให้นักเรียนยืนหลังเส้นที่ครูกำหนดไว้ 3. เมื่อได้ยินเสียงสัญญาณ ให้นักเรียนคนแรกของแต่ละแถว วิ่งไปแตะเส้นที่กำหนดไว้แล้ววิ่งกลับมาต่อท้ายแถวของตนเอง 4. นักเรียนคนที่ 2 วิ่งไปแตะเส้นที่กำหนดไว้แล้ววิ่งกลับมาต่อท้ายแถว 5. ทำเช่นนี้ไปเรื่อยๆจนกว่าจะครบทุกคน 6. แถวใดทำครบและจัดแถวเป็นระเบียบเรียบร้อยก่อนเป็นฝ่ายชนะ ในกลุ่มหากเพื่อนคนใดที่วิ่งแล้วมือไม่แตะเส้น ให้กลับมาวิ่งใหม่อีกครั้ง  <ol style="list-style-type: none"> 7. ครูให้เพื่อนในชั้นเรียนแสดงความยินดีกับนักเรียนทีมที่ชนะ โดยการปรบมือและกล่าวคำ ชมเชยทีมละ 1 ประโยค และให้นักเรียนทีมที่ชนะกล่าวให้กำลังใจกับนักเรียนทีมอื่น 	<ul style="list-style-type: none"> -การแข่งขันเป็นการสร้างสิ่งเร้าทั้งภายในและภายนอกตัวบุคคล -การทำงานเป็นทีม <ul style="list-style-type: none"> - การให้รางวัล - การให้กำลังใจ - การได้รับการยอมรับ 	<ul style="list-style-type: none"> -นักเรียนเกิดการพัฒนสมรรถภาพทางกายในด้านความเร็วและความคล่องตัว -นักเรียนเกิดคุณธรรมในเรื่องของความซื่อสัตย์ และความมีน้ำใจนักกีฬา <ul style="list-style-type: none"> -นักเรียนมีเจตคติที่ดีต่อตนเอง เพื่อน และวิชาพลศึกษา
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>8. ครูกล่าวชมเชยนักเรียนทุกคนที่ได้ปฏิบัติกิจกรรมตามที่ครูสั่ง</p> <p>ขั้นสอน/สาธิต/ฝึกปฏิบัติ (30 นาที)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ครูอธิบายการทดสอบทักษะ 2. ครูสาธิตการสอบทักษะ ทุกแบบทดสอบให้นักเรียนดู 3. ครูให้นักเรียนฝึกปฏิบัติทักษะต่างๆที่จะทำการทดสอบในวันนี้ 4. ครูให้นักเรียนทดสอบทักษะตามลำดับเลขที่ ครูบันทึกคะแนนทักษะ 5. ครูกล่าวชมเชยนักเรียนที่ตั้งใจทดสอบทักษะกีฬาเทเบิลเทนนิส <p>ขั้นสรุปและสรุปปฏิบัติ (5 นาที)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ครูพูดให้กำลังใจนักเรียน และให้แรงเสริม ได้แก่ การกล่าวชมเชย 2. ครูให้นักเรียนไปสรุปปฏิบัติ 	<p>-การกล่าวชมเชย</p> <p>- ครูกล่าวชมเชย</p> <p>- ครูกล่าวชมเชย</p> <p>-การเสริมแรง</p>	<p>-นักเรียนมีเจตคติที่ดีต่อตนเอง เพื่อน และวิชาพลศึกษา</p> <p>-นักเรียนมีเจตคติที่ดีต่อตนเอง ครู เพื่อน และวิชาพลศึกษา</p>
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

การวัดและประเมินผล

วิธีวัด/สิ่งที่วัด

สังเกตพฤติกรรม/การเข้าร่วมทำกิจกรรม การปฏิบัติการบริหารร่างกาย และการปฏิบัติขณะมอบหมายงานให้ฝึกปฏิบัติ

เครื่องมือวัด

แบบสังเกตพฤติกรรม การเข้าร่วมกิจกรรมและการบริหารร่างกาย

อุปกรณ์และสื่อการเรียนการสอน

1. ไม้ปิงปอง
2. ลูกปิงปอง
3. โต๊ะปิงปอง 5 ตัว
4. นกหวีด

เกณฑ์การวัด

1. นักเรียนได้คะแนนจากแบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม ไม่ต่ำกว่าร้อยละ 80
จึงจะถือว่าผ่านเกณฑ์การประเมิน

เกณฑ์การให้คะแนนการทดสอบการตีลูกหน้ามือโต้กับคู่

การปฏิบัติ	คะแนน
ปฏิบัติได้มากกว่า 25 ครั้ง	5
ปฏิบัติได้ 22- 25 ครั้ง	4.5
ปฏิบัติได้ 18 - 21 ครั้ง	4
ปฏิบัติได้ 14 - 17 ครั้ง	3.5
ปฏิบัติได้ 10 - 13 ครั้ง	3
ปฏิบัติได้ 6 - 9 ครั้ง	2.5
ปฏิบัติได้น้อยกว่า 5 ครั้ง	2

เกณฑ์การให้คะแนนการทดสอบการตีลูกหลังมือโต้กับคู่

การปฏิบัติ	คะแนน
ปฏิบัติได้มากกว่า 25 ครั้ง	5
ปฏิบัติได้ 22- 25 ครั้ง	4.5
ปฏิบัติได้ 18 - 21 ครั้ง	4
ปฏิบัติได้ 14 - 17 ครั้ง	3.5
ปฏิบัติได้ 10 - 13 ครั้ง	3
ปฏิบัติได้ 6 - 9 ครั้ง	2.5
ปฏิบัติได้น้อยกว่า 5 ครั้ง	2

เกณฑ์การให้คะแนนการทดสอบการส่งลูก และการรับลูกจากการส่ง

การปฏิบัติ	คะแนน
รับลูกกลับมาดี 5 ครั้ง	5
รับลูกกลับมาดี 4 ครั้ง	4
รับลูกกลับมาดี 3 ครั้ง	3
รับลูกกลับมาดี 2 ครั้ง	2
รับลูกกลับมาดี 1 ครั้ง	1
รับลูกไม่ได้	0

เกณฑ์การให้คะแนนการตีลูกหมุน

การปฏิบัติ	คะแนน
ตีลูกลงโต๊ะ 5 ครั้ง	5
ตีลูกลงโต๊ะ 4 ครั้ง	4
ตีลูกลงโต๊ะ 3 ครั้ง	3
ตีลูกลงโต๊ะ 2 ครั้ง	2
ตีลูกลงโต๊ะ 1 ครั้ง	1
ตีลูกไม่ลงโต๊ะ	0

เกณฑ์การให้คะแนนการตีลูกเร็ว

การปฏิบัติ	คะแนน
ตีลูกลงโต๊ะ 5 ครั้ง	5
ตีลูกลงโต๊ะ 4 ครั้ง	4
ตีลูกลงโต๊ะ 3 ครั้ง	3
ตีลูกลงโต๊ะ 2 ครั้ง	2
ตีลูกลงโต๊ะ 1 ครั้ง	1
ตีลูกไม่ลงโต๊ะ	0

เกณฑ์การให้คะแนนการตีลูกตบ

การปฏิบัติ	คะแนน
ตีลูกลงโต๊ะ 5 ครั้ง	5
ตีลูกลงโต๊ะ 4 ครั้ง	4
ตีลูกลงโต๊ะ 3 ครั้ง	3
ตีลูกลงโต๊ะ 2 ครั้ง	2
ตีลูกลงโต๊ะ 1 ครั้ง	1
ตีลูกไม่ลงโต๊ะ	0

เกณฑ์การให้คะแนนการตีลูกหยอด

การปฏิบัติ	คะแนน
ตีลูกลงโต๊ะ 5 ครั้ง	5
ตีลูกลงโต๊ะ 4 ครั้ง	4
ตีลูกลงโต๊ะ 3 ครั้ง	3
ตีลูกลงโต๊ะ 2 ครั้ง	2
ตีลูกลงโต๊ะ 1 ครั้ง	1
ตีลูกไม่ลงโต๊ะ	0

หนังสืออ้างอิง

เทพประสิทธิ์ กุศลวีระชัย. (2555). เทคนิคและทักษะกีฬาเทเบิลเทนนิสขั้นสูง. กรุงเทพฯ:

สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ศุภฤกษ์ มั่นใจตน. (2555). เอกสารประกอบการเรียนวิชาเทเบิลเทนนิส. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์

แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บันทึกหลังการสอน

ผลการสอน

ปัญหาและอุปสรรค

ข้อเสนอแนะในคาบเรียนถัดไป

ลงชื่อ.....

(.....)

วันที่.....เดือน.....ปี.....

ภาคผนวก ง
แบบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษา

แบบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษา

1. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษา ด้านความรู้
 - ข้อสอบวัดความรู้ = 20 คะแนน
2. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษา ด้านทักษะกีฬา
 - แบบทดสอบทักษะกีฬาเทเบิลเทนนิส 10 รายการ = 20 คะแนน
3. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษา ด้านสมรรถภาพทางกาย
 - แบบทดสอบสมรรถภาพ 8 รายการ = 20 คะแนน
4. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษา ด้านคุณธรรม จริยธรรม
 - แบบสังเกตพฤติกรรมนักเรียน โดยครูผู้สอน = 20 คะแนน
5. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษา ด้านเจตคติ
 - แบบประเมินตนเอง = 10 คะแนน
 - แบบสังเกตพฤติกรรมด้านเจตคติต่อวิชาพลศึกษา = 10 คะแนน

แบบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้

จุดมุ่งหมาย เพื่อวัดความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับกีฬาเทเบิลเทนนิส

วิธีการวัด ครูให้นักเรียนทำแบบทดสอบ

เกณฑ์และการให้คะแนน

ตอบถูก = 1 คะแนน

ตอบผิด = 0 คะแนน

แบบทดสอบวิชาเทเบิลเทนนิส

คำชี้แจง

1. แบบทดสอบฉบับนี้มีทั้งหมด 20 ข้อ โปรดอ่านและทำความเข้าใจในคำถาม และเลือกข้อความในแต่ละตัวเลือกที่ถูกต้องที่สุด ด้วยการทำเครื่องหมาย X ลงในกระดาษคำตอบ
2. ให้นักเรียนทำแบบสอบด้วยตนเอง
3. นักเรียนทำแบบทดสอบให้ครบทุกข้อ ใช้เวลา 20 นาที

- | | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ol style="list-style-type: none"> 1. ทำไมจึงเรียกกีฬาเทเบิลเทนนิสว่า "ปิงปอง" <ol style="list-style-type: none"> ก. จากเสียงที่ลูกกระทบกับโต๊ะ ข. จากเสียงที่ลูกกระทบกับไม้ตี ค. จากเสียงที่ลูกกระทบกับไม้ตีและ โต๊ะ ง. จากเสียงที่ลูกกระทบกับไม้ตี, โต๊ะและพื้น 2. จากหลักฐานที่เชื่อถือได้กีฬาเทเบิลเทนนิสเริ่มเล่นครั้งแรกที่ประเทศใด <ol style="list-style-type: none"> ก. อินเดีย ข. อังกฤษ ค. แอฟริกาใต้ ง. สหรัฐอเมริกา 3. ใครเป็นผู้ประดิษฐ์ลูกเทเบิลเทนนิส <ol style="list-style-type: none"> ก. อัสวาน ข. อี.ซี. กู๊ด ค. เจมส์ กิบบ์ ง. เซอร์ มองตากู 4. ใครเป็นผู้ประดิษฐ์ไม้ตีเทเบิลเทนนิส ซึ่งใช้อย่างดีคือน้ำไม้ <ol style="list-style-type: none"> ก. อัสวาน ข. อี.ซี. กู๊ด ค. เจมส์ กิบบ์ ง. เซอร์ มองตากู | <ol style="list-style-type: none"> 5. ข้อใดคือความสำคัญของการฝึกตีโต้กับคู่บนโต๊ะ <ol style="list-style-type: none"> ก. เป็นการฝึกทักษะ ข. เป็นการฝึกเสมือนจริง ค. เป็นการประลองแข่งขัน ง. เป็นการทดสอบความสามารถ 6. การฝึกตีโต้คู่ ถ้าไม่มีคู่ควรฝึกอย่างไร <ol style="list-style-type: none"> ก. ฝึกเคาะลูกหน้าไม้ ข. ฝึกทำด้วยมือเปล่า ค. ฝึกเคาะเลี้ยงกับพื้น ง. ฝึกตีอัดฝาผนัง ใช้โต๊ะครึ่งหนึ่ง 7. การตีลูกเร็ว หมายถึงข้อใด <ol style="list-style-type: none"> ก. การตีลูกกระดอนจากโต๊ะ ข. การตีลูกกระดอนจากผนัง ค. การตีลูกที่กระดอนจากพื้น ง. การตีลูกกลางอากาศก่อนตกถึงพื้น 8. การฝึกตีลูกเร็วมีผลต่อทักษะด้านใด <ol style="list-style-type: none"> ก. ทักษะการส่งลูก ข. ทักษะตีลูกหน้ามือ ค. ทักษะตีลูกหลังมือ ง. ทักษะการบังคับทิศทางลูกและความเร็ว |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

9. หลักการฝึกทักษะพื้นฐานกีฬาเทเบิลเทนนิส คือข้อใด
- ฝึกเป็นประจำ
 - ฝึกจากง่ายไปยาก
 - ฝึกพร้อมกับเคลื่อนที่
 - ถูกทุกข้อ
10. จังหวะที่เหมาะสมในการตบค้อนคือข้อใด
- เมื่อคู่ตีลูกตด
 - เมื่อคู่ตีลูกโด่ง
 - เมื่อคู่ตีลูกหยอด
 - เมื่อคู่ตีชิคริมโต๊ะ
11. เมื่อคู่แข่งขันตีลูกหมุน นักเรียนเป็นผู้รับ ควรตั้งหน้าไม้อย่างไร เพื่อให้ลูก กระทบ กลับไปลงบน โต๊ะคู่แข่งขัน
- ตีกลับไปโดยการคว่ำหน้าไม้เล็กน้อย
 - ตีกลับไปโดยเอียงหน้าไม้เล็กน้อย
 - ตีกลับไปโดยการหงายหน้าไม้เล็กน้อย
 - ตีกลับไปโดยการตั้งหน้าไม้ตั้งฉากกับโต๊ะ
12. กติกาการส่งลูกกำหนดไว้ว่าอย่างไร
- ห้ามบังลูก
 - โยนลูกได้ครั้งเดียว
 - ลูกที่โยนขึ้นต้องไม่หมุน
 - ถูกทุกข้อ
13. เทเบิลเทนนิสประเภทเดี่ยว หมายถึง
- ผู้เล่นฝ่ายละหนึ่งคนเท่านั้น
 - ผู้เล่นสำรองสลับเปลี่ยนได้
 - ผู้เล่นสามารถเปลี่ยนตัวได้
 - ผู้เล่นฝ่ายละหนึ่งคนและสำรอง
14. การส่งลูกในการแข่งขันประเภทคู่กำหนดไว้อย่างไร
- ส่งได้ทุกแดน
 - ส่งแดนขวาก่อนแล้วเปลี่ยนเป็นแดนซ้าย
 - ส่งได้จากแดนขวามือของผู้ส่งไปยังแดนขวามือของผู้รับเท่านั้น
 - ไม่มีข้อถูก
15. ในการแข่งขันกีฬาเทเบิลเทนนิส ข้อใดถือ ว่าได้เปรียบคู่แข่ง
- ได้เป็นฝ่ายส่งลูกก่อน
 - ได้เป็นฝ่ายรับลูกก่อน
 - ได้เป็นฝ่ายเลือกแดน
 - ไม่มีข้อใดได้เปรียบ
16. เมื่อมีคะแนนเสมอกัน 10 คะแนนจะแพ้ชนะกันเมื่อใด
- ฝ่ายใดได้คะแนนห่าง 1 คะแนน
 - ฝ่ายใดได้คะแนนห่าง 2 คะแนน
 - ฝ่ายทำคะแนนได้ 11 คะแนนก่อน
 - ฝ่ายหนึ่งได้ 11 คะแนน อีกฝ่าย ได้ 12 คะแนน
17. การขานคะแนนให้ขานคะแนนฝ่ายใดก่อน
- ฝ่ายรับ
 - ฝ่ายส่ง
 - ฝ่ายใดก็ได้
 - แล้วแต่ตกลงกัน
18. ข้อใดจัดเป็นมารยาทของผู้ชมกีฬาที่ดี
- ส่งเสียงเชียร์ตลอดเวลา
 - ใช้เพลงเสียดสีฝ่ายตรงข้าม
 - ปรบมือทุกครั้งทีนักกีฬาทำคะแนนได้
 - ช่วยนักกีฬาประท้วงเมื่อผู้ตัดสินทำผิดพลาด

19. สภาพแวดล้อมใดที่อาจทำให้เกิดอุบัติเหตุ
ในการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส

- ก. พื้นสนามแข่งขันขี้ดมัน
- ข. โต๊ะของผู้ตัดสินวางเป็นระเบียบ
- ค. ที่นั่งของผู้ชมการแข่งขันไม่กีดขวางการเล่น
- ง. ผู้ชม ผู้เล่น ผู้ตัดสินเข้าใจกติกา
เทเบิลเทนนิส

20. ITTF คืออะไร

- ก. สมาพันธ์กีฬาเทเบิลเทนนิสสากล
- ข. สมาพันธ์กีฬาเทเบิลเทนนิสแห่งเอเชีย
- ค. สมาพันธ์กีฬาเทเบิลเทนนิส
แห่งประเทศไทย
- ง. สมาพันธ์กีฬาเทเบิลเทนนิสแห่ง
สหรัฐอเมริกา

แบบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านสมรรถภาพทางกาย

จุดมุ่งหมาย เพื่อวัดสมรรถภาพทางกายของนักเรียน

วิธีการวัด ครูใช้แบบทดสอบสมรรถภาพทางกาย เพื่อวัดสมรรถภาพทางกายของนักเรียน

เกณฑ์และการให้คะแนน

ดีมาก	=	5
ดี	=	4
ปานกลาง	=	3
ต่ำ	=	2
ต่ำมาก	=	1

แบบทดสอบสมรรถภาพทางกาย

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

การ ทดสอบสมรรถภาพของร่างกายเป็นกิจกรรมที่สำคัญอย่างหนึ่งในขบวนการออกกำลังกายหรือการฝึกต่าง ๆ ซึ่งเป็นการทดสอบจะเป็นการได้มาถึงข้อมูลต่าง ๆ ในการออกกำลังกายว่าสมรรถภาพของร่างกายดีขึ้นมากน้อยเพียงใด เป็นที่พึง พอใจของผู้ออกกำลังกายหรือไม่ การออกกำลังกายมีจุดบกพร่องที่จะแก้ไขอย่างไร

ความทนทานของระบบไหลเวียนโลหิต (Cardio - Respiratory or Cardiovascular Endurance)

ความทนทานของระบบไหลเวียนโลหิต หมายถึง คุณสมบัติที่สามารถอดทนต่อการปฏิบัติกิจกรรมหนักได้เป็นระยะเวลานาน ๆ หรืออาจกล่าวได้ว่า วิ่งระยะไกล ว่ายน้ำ จักรยาน เพราะกิจกรรมเหล่านี้กระตุ้นหัวใจและระบบการไหลเวียนเลือดกับระบบหายใจได้ทำงานในระดับสูงขึ้นกว่าปกติอย่างมีประสิทธิภาพ

พลังกล้ามเนื้อ (Muscle Power)

พลังกล้ามเนื้อ ความสามารถของกล้ามเนื้อในการทำงานอย่างรวดเร็ว และแรงในจังหวะของกล้ามเนื้อหดตัวหนึ่งครั้ง เช่น ยืนกระโดดไกล

ความทนทานของกล้ามเนื้อ (Muscular Endurance)

ความทนทานของกล้ามเนื้อ หมายถึง คุณสมบัติที่บุคคลสามารถเพียรพยายามทำงานในกิจกรรมที่ต้องใช้กลุ่มกล้ามเนื้อกลุ่มเดียวกันเป็นระยะเวลานาน ๆ เช่น ดึงข้อ ดันพื้น ลูกนั่ง

ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ (Muscular Strength)

ความสามารถของกล้ามเนื้อที่หดตัว เพียงครั้งเดียวโดยไม่จำกัดเวลา เช่น การยกน้ำหนัก เป็นต้น

ความอ่อนตัว (Flexibility)

ความอ่อนตัว หมายถึง ความสามารถของข้อต่อต่าง ๆ ในการที่จะเคลื่อนไหวได้อย่างกว้างขวาง

ความเร็ว (Speed)

ความเร็ว หมายถึง ความสามารถของร่างกายในการเคลื่อนที่จากที่หนึ่งไปยังอีกที่หนึ่ง โดยใช้ระยะเวลาสั้นที่สุด

ความคล่องตัว (Agility)

ความคล่องตัว หมายถึง ความสามารถของร่างกายที่จะบังคับควบคุมในการเปลี่ยนทิศทางของการเคลื่อนที่ได้ด้วยความรวดเร็วและแน่นอน

การทรงตัว (Balance) หมายถึง ความสามารถในการรักษาจุดของร่างกายเอาไว้ได้ทั้งในขณะที่อยู่กับที่และเคลื่อนที่

แบบทดสอบสมรรถภาพทางกายมาตรฐานนานาชาติ ICSPFT

วิ่งเร็ว 50 เมตร



อุปกรณ์

1. นาฬิกาจับเวลา (บอกทศนิยมตัวแรกของวินาที)
2. ลู่วิ่ง 50 เมตร มีเส้นเริ่มและเส้นชัย
3. นกหวีดสำหรับปล่อยตัว หรือปืนปล่อยตัว

วิธีปฏิบัติ

เมื่อผู้ปล่อยตัวให้สัญญาณ “เข้าที่” ให้ผู้เข้าทดสอบยืนให้ปลายเท้าข้างใดข้างหนึ่งชิดเส้นเริ่ม เมื่อได้ยินสัญญาณปล่อยตัวให้ผู้เข้าทดสอบวิ่งให้เร็วที่สุดจนผ่านเส้นชัย

การบันทึก

บันทึกเป็นวินาทีและทศนิยมตำแหน่งแรกของวินาที เอาเวลาที่ดีที่สุดจากการปฏิบัติ 2

ยืนกระโดดไกล



อุปกรณ์

1. พื้นที่ยเรียบและไม่ลื่น หรือใช้แผ่นยางสำหรับยืนกระโดดไกล
2. เทปวัดระยะ

วิธีปฏิบัติ

ให้ผู้ทดสอบยืนปลายเท้าทั้งสองข้างชิดเส้นเริ่ม เขวี้ยงแขนทั้งสองไปข้างหลังพร้อมก้มตัว เมื่อได้จังหวะเขวี้ยงแขนไปข้างหน้าอย่างแรงพร้อมกับกระโดดด้วยเท้าทั้งสอง ไปข้างหน้าให้ไกลที่สุด

การบันทึก

บันทึกระยะทางที่ทำได้เป็นเซนติเมตร เอราระยะที่ไกลที่สุดจากการปฏิบัติ 2 ครั้ง

แรงบีบมือ



อุปกรณ์

1. เครื่องวัดแรงบีบมือ
2. ฟงแมกนีเซียมคาร์บอเนต

วิธีปฏิบัติ

ให้ผู้ทดสอบอาจใช้มือลูบฟงแมกนีเซียมคาร์บอเนตเพื่อกันลื่นแล้วปรับเครื่อง วัดจับ เครื่องวัดให้เหมาะมือที่สุดโดยให้ข้อนิ้วที่ 2 รับน้ำหนักของเครื่องวัด ยืนตรงปล่อยแขนห้อยข้าง ลำตัวเมื่อพร้อมให้ยกแขนออกห่างลำตัวเล็กน้อย กำมือ บีบเครื่องวัดจนสุดแรงระหว่างบีบห้ามไม่ให้มือหรือเครื่องวัดถูกส่วนหนึ่ง ส่วนใดของลำตัวห้ามเหยียดเครื่องวัดหรือโถมตัวอัดแรง ให้ทดสอบแรงบีบมือข้างละ 2 ครั้ง

การบันทึก

บันทึกการวัดเป็นกิโลกรัม โดยเลือกค่าที่ดีที่สุด

ลูกนั่ง 30 วินาที



อุปกรณ์

1. นาฬิกาจับเวลา
2. พื้นสนามที่เรียบหรือเบาะยิมนาสติก

วิธีปฏิบัติ

จัดผู้เข้าทดสอบเป็นคู่ ให้ผู้เข้าทดสอบคนแรกนอนหงาย เข่าอตั้งเป็นมุมฉากปลายเท้าแยกห่างกันประมาณ 30 เซนติเมตร ประสานนิ้วมือรองท้ายทอยไว้ ผู้เข้าทดสอบคนที่ 2 คูกเข่าที่ปลายเท้าของผู้เข้าทดสอบคนแรก โดยหันหน้าเข้าหากัน มือทั้งสองกำและกดข้อเท้าของผู้ทดสอบคนแรกไว้ให้ สันเท้าติดพื้น เมื่อผู้ให้สัญญาณบอก “เริ่ม” พร้อมจับเวลา ผู้เข้าทดสอบคนแรกลุกขึ้นนั่งก้มศีรษะลง ไประหว่างเข่าทั้งสอง แล้วกลับนอนลง ในท่าเดิมจนนิ้วมือแตะพื้นจึงกลับลุกขึ้นมาใหม่ ทำเช่นนี้ติดต่อกันไปอย่างรวดเร็วให้ได้จำนวนครั้งมากที่สุดภายในเวลา 30 วินาที

ข้อระวัง นิ้วมือต้องประสานท้ายทอยตลอดเวลา งอเข่าเป็นมุมฉาก ขณะนอนลงหลังจากลุกนั่งแล้ว หลังและคอต้องกลับไปอยู่ในท่าเริ่ม และห้ามดึงตัว โดยใช้ข้อศอกดันพื้นหรือเอียงตัวไปมา

การบันทึก

บันทึกจำนวนครั้งที่ทำถูกต้องใน 30 วินาที

ดิ่งข้อ (สำหรับนักเรียนชาย)



อุปกรณ์

1. ราวเดี่ยว ซึ่งมีขนาดเส้นผ่าศูนย์กลางกลางระหว่าง 2 – 4 เซนติเมตร
2. ม้านั่งสำหรับผู้ทดสอบยืนขึ้นจับราวเดี่ยวได้สะดวก

วิธีปฏิบัติ

1. ให้ผู้เข้าทดสอบจับราวในท่าคว่ำมือให้มือห่างกันเท่าช่วงไหล่ ปลดอวัยวะแขนลำตัว และขาเหยียดตรงเป็นท่าเริ่มต้น งอแขนดึงตัวขึ้นจนค้างอยู่เหนือราวแล้วกลับสู่ท่าเริ่มต้น
2. ทำติดต่อกันไปให้ได้จำนวน ครั้งมากที่สุดห้ามแกว่งเท้าหรือเตะขา ถ้าหยุดพักระหว่าง ครั้ง นานเกินกว่า 3 – 4 วินาที หรือไม่สามารถ
3. ดิ่งขึ้นให้ค้างพื้นราวได้ 2 ครั้งติดต่อกันให้ยุติการประลอง

การบันทึก

บันทึกจำนวนครั้งที่ดิ่งขึ้นได้อย่างถูกต้องและค้างพื้นราว

หมายเหตุ

เมื่อเริ่มต้นในการทดสอบ ควรให้ผู้ทดสอบยืนอยู่บนม้านั่งสำหรับรองให้ผู้ทดสอบยืนจับ ราวเดี่ยวได้สะดวกก่อน เพราะจะทำให้ผู้ทดสอบจัดทำทางได้ถูกต้องและจับราวเดี่ยวได้มั่นคง

งอแขนห้อยตัว (สำหรับนักเรียนหญิง และนักเรียนชายอายุน้อยกว่า 12 ปี)



อุปกรณ์

1. ราวเดี่ยว ซึ่งมีขนาดเส้นผ่าศูนย์กลางระหว่าง 2 – 4 เซนติเมตร
2. ม้านั่งสำหรับให้ผู้ทดสอบยืนขึ้นจับราวเดี่ยวได้สะดวก

วิธีปฏิบัติ

จัดม้านั่งสำหรับรองเท้าใกล้อราวเดี่ยวให้สูงพอให้ผู้ทดสอบยืนตรงบนม้านั่ง แล้วกางจะอยู่เหนือราว เล็กน้อย ให้จับราวด้วยท่าคว่ำมือ มือห่างกันเท่าช่วงไหล่ และแขนงอเต็มที่ เมื่อให้สัญญาณเริ่มผู้เข้าทดสอบเกร็งข้อแขน และดึงตัวไว้ในท่าเดิมให้นานที่สุด ถ้ากางต่ำลงถึงราวให้ยุติการประลอง

การบันทึก

บันทึกเป็นเวลาวินาทีจาก “เริ่ม” จนกางต่ำถึงราว

วิ่งเก็บของ



อุปกรณ์

1. นาฬิกาจับเวลา (บอกทศนิยมตัวแรกของวินาที)
2. ทางวิ่งระหว่างเส้นขนาน 2 เส้น ห่างกัน 10 เมตร หลังเส้นเริ่มมีทางวิ่งเลขออกไป ชิดด้านนอกของเส้นทั้งสองมีวงกลมขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง 50 เซนติเมตร
3. ท่อนไม้ 2 ท่อน ขนาด 5 x 5 x 10 เซนติเมตร

วิธีปฏิบัติ

วางไม้ทั้งสองท่อนกลางวงที่อยู่ชิดเส้นปลายทางผู้เข้าทดสอบยืนให้เท้าข้างใด ข้างหนึ่ง ชิดเส้นเริ่มเมื่อได้ยินสัญญาณ“เข้าที่”เมื่อพร้อมแล้วผู้ปล่อยตัวสั่ง“ไป”ให้ผู้เข้าทดสอบวิ่ง ไปหยิบท่อนไม้ในวงกลม 1 ท่อน แล้ววิ่งกลับมาวางในวงกลมหลังเส้นเริ่ม กลับตัววิ่งไปหยิบอีกท่อนหนึ่งวิ่งกลับมาในวงกลมหลังเส้นเริ่มแล้ววิ่งผ่าน ไปเลย ห้ามโยนท่อนไม้ ถ้าวางไม้เข้าในวงเริ่มต้นใหม่

การบันทึก

บันทึกตั้งแต่ “ไป” จนถึงวางท่อนไม้ท่อนที่ 2 ให้ประลอง 2 ครั้ง เอาเวลาที่ดีที่สุด

นั่งอตัว/งอตัวข้างหน้า



อุปกรณ์

1. ก่อสูงจากพื้น 20 - 30 เซนติเมตร ติดไม้ไผ่

วิธีปฏิบัติ

ให้ผู้ทดสอบนั่งเหยียดขาตรง เท้าทั้งสองชิดกันและตั้งฉากกับพื้น ฝ่าเท้าจรดแกนกลางของที่ตั้งไม้ไผ่ เหยียดแขนตรงขนานกับพื้นแล้วค่อย ๆ ก้มตัวไปข้างหน้า ใช้ปลายมือแตะที่ไม้บรรทัด ห้ามโยกตัวหรืองอตัวแรง ๆ

การบันทึก

บันทึกเป็นเซนติเมตร

วิ่งระยะไกล



อุปกรณ์

1. นาฬิกาจับเวลา
2. สนามวิ่ง วัดระยะให้ถูกต้อง
 - ชายอายุ 12 ปีขึ้นไป วิ่ง 1,000 เมตร
 - หญิงอายุ 12 ปีขึ้นไป วิ่ง 800 เมตร

วิธีปฏิบัติ

เมื่อผู้ปล่อยตัวให้สัญญาณ “เข้าที่” ผู้เข้าทดสอบยืนให้ปลายเท้าข้างใดข้างหนึ่งชิดเส้นเริ่มเมื่อพร้อมแล้วผู้ปล่อยตัวสั่ง “ไป” ให้ผู้เข้าทดสอบวิ่งไปตามเส้นทางกำหนดพยายามใช้เวลาให้น้อยที่สุดควรรักษาความเร็วให้คงที่ ถ้าวิ่งไม่ไหวอาจหยุดเดิน แล้ววิ่งต่อ หรือเดินไปจนครบระยะทาง

การบันทึก

บันทึกเป็นนาทีและวินาที

เกณฑ์ประเมินผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย

เกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกายของนักเรียนชาย อายุ 11 ปี

รายการ	ดีมาก	ดี	ปานกลาง	ต่ำ	ต่ำมาก
1. วิ่ง 50 เมตร (วินาที)	7.13 ลงมา	7.14-8.17	8.18-10.28	10.29-11.32	11.33 ขึ้นไป
2. ยืนกระโดดไกล (ซม.)	185 ขึ้นไป	169-184	136-168	120-135	119 ลงมา
3. แรงบีบมือที่ถนัด (กก.)	22.3 ขึ้นไป	19.5-22.2	13.7-19.4	10.8-13.6	10.7 ลงมา
4. ลูก-นั่ง 30 วินาที (ครั้ง)	25 ขึ้นไป	22-24	16-21	13-15	12 ลงมา
5. จอแขนห้อยตัว (วินาที)	22.45 ขึ้นไป	16.93-22.44	5.88-16.92	0.36-5.87	0.35 ลงมา
6. วิ่งเก็บของ (วินาที)	10.20 ลงมา	10.21-11.24	11.25-13.33	13.34-14.37	14.38 ขึ้นไป
7. งอตัวข้างหน้า (ซม.)	9.5 ขึ้นไป	7.5-9.0	2.0-7.0	(-1.0)-1.5	(-1.5)
8. วิ่ง 600 เมตร(นาที:วินาที)	2.16 ลงมา	2.17-2.36	2.37-3.17	3.18-3.37	3.38 ขึ้นไป

เกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกายของนักเรียนหญิง อายุ 11 ปี

รายการ	ดีมาก	ดี	ปานกลาง	ต่ำ	ต่ำมาก
1. วิ่ง 50 เมตร (วินาที)	7.49 ลงมา	7.50-8.69	8.70-11.10	11.11-12.30	12.31 ขึ้นไป
2. ยืนกระโดดไกล (ซม.)	173 ขึ้นไป	157-172	124-156	109-123	108 ลงมา
3. แรงบีบมือที่ถนัด (กก.)	21.9 ขึ้นไป	19.1-21.8	13.3-19.0	10.4-13.2	10.3 ลงมา
4. ลูก-นั่ง 30 วินาที (ครั้ง)	20 ขึ้นไป	17-19	11-16	8-10	7 ลงมา
5. จอแขนห้อยตัว (วินาที)	10.05 ขึ้นไป	7.09-10.04	1.16-7.08	0.01-1.15	0
6. วิ่งเก็บของ (วินาที)	9.06 ลงมา	9.07-11.23	11.24-15.58	15.59-17.75	17.76 ขึ้นไป
7. งอตัวข้างหน้า (ซม.)	10.5 ขึ้นไป	9.0-10.0	2.0-8.0	(-0.5)-1.5	(-1.0) ลงมา
8. วิ่ง 600 เมตร(นาที:วินาที)	2.34 ลงมา	2.35-2.57	2.58-3.45	3.46-4.09	4.10 ขึ้นไป

เกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกายของนักเรียนชาย อายุ 12 ปี

รายการ	ดีมาก	ดี	ปานกลาง	ต่ำ	ต่ำมาก
1. วิ่ง 50 เมตร (วินาที)	7.51 ลงมา	7.52-8.14	8.15-9.43	9.44-10.06	10.07 ขึ้นไป
2. ยืนกระโดดไกล (ซม.)	198 ขึ้นไป	181-197	147-180	130-146	129 ลงมา
3. แร้งบีบมือที่ถนัด (กก.)	25.4 ขึ้นไป	22.6-25.3	16.9-22.5	14.1-16.8	14.0 ลงมา
4. ลูก-นั่ง 30 วินาที (ครั้ง)	27 ขึ้นไป	24-26	17-23	14-16	13 ลงมา
5. ดึงข้อราวเดี่ยว (ครั้ง)	6 ขึ้นไป	4-5	1-3	0	-
6. วิ่งเก็บของ (วินาที)	10.64 ลงมา	10.65-11.30	11.31-12.63	12.64-13.29	13.30 ขึ้นไป
7. งอตัวข้างหน้า (ซม.)	11.5 ขึ้นไป	8.5-11.0	2.0-8.0	(-1.0)-1.5	(-1.5) ลงมา
8. วิ่ง 1,000 เมตร (นาที:วินาที)	4.01 ลงมา	4.02-4.31	4.32-5.32	5.33-6.02	6.03 ขึ้นไป

เกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกายของนักเรียนหญิง อายุ 12 ปี

รายการ	ดีมาก	ดี	ปานกลาง	ต่ำ	ต่ำมาก
1. วิ่ง 50 เมตร (วินาที)	8.20 ลงมา	8.21-9.00	9.01-10.63	10.64-11.43	11.44 ขึ้นไป
2. ยืนกระโดดไกล (ซม.)	178 ขึ้นไป	162-177	128-161	111-127	110 ลงมา
3. แร้งบีบมือที่ถนัด (กก.)	25.1 ขึ้นไป	22.3-25.0	16.7-22.2	14.0-16.6	13.9 ลงมา
4. ลูก-นั่ง 30 วินาที (ครั้ง)	21 ขึ้นไป	18-20	12-17	10-11	9 ลงมา
5. งอแขนห้อยตัว (วินาที)	9.10 ขึ้นไป	6.52-9.09	1.35-6.51	0.01-1.34	0
6. วิ่งเก็บของ (วินาที)	11.77 ลงมา	11.78-12.41	12.42-13.70	13.71-14.34	14.35 ขึ้นไป
7. งอตัวข้างหน้า (ซม.)	11.5 ขึ้นไป	9.5-11.0	3.0-9.0	1.0-2.5	0.5 ลงมา
8. วิ่ง 800 เมตร (นาที:วินาที)	3.44 ลงมา	3.45-4.14	4.15-5.15	5.16-5.45	5.46 ขึ้นไป

เกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกายของนักเรียนชาย อายุ 13 ปี

รายการ	ดีมาก	ดี	ปานกลาง	ต่ำ	ต่ำมาก
1. วิ่ง 50 เมตร (วินาที)	7.77 ลงมา	7.78-8.31	8.32-9.38	9.39-9.91	9.92 ขึ้นไป
2. ยืนกระโดดไกล (ซม.)	196 ขึ้นไป	185-195	163-184	152-162	151 ลงมา
3. แร้งบีบมือที่ถนัด (กก.)	30.8 ขึ้นไป	27.6-30.7	20.9-27.5	17.6-20.8	17.5 ลงมา
4. ลูก-นั่ง 30 วินาที (ครั้ง)	28 ขึ้นไป	26-27	20-25	18-19	17 ลงมา
5. ดึงข้อราวเดี่ยว (ครั้ง)	7	6	2-5	1	0
6. วิ่งเก็บของ (วินาที)	10.97 ลงมา	10.98-11.48	11.49-12.50	12.51-13.01	13.02 ขึ้นไป
7. งอตัวข้างหน้า (ซม.)	11.6 ขึ้นไป	9.1-11.5	3.9-9.0	1.3-3.8	1.2 ลงมา
8. วิ่ง 1,000 เมตร(นาที:วินาที)	4.33 ลงมา	4.34-5.00	5.01-5.57	5.58-6.25	6.26 ขึ้นไป

เกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกายของนักเรียนหญิง อายุ 13 ปี

รายการ	ดีมาก	ดี	ปานกลาง	ต่ำ	ต่ำมาก
1. วิ่ง 50 เมตร (วินาที)	8.74 ลงมา	8.75-9.39	9.40-10.69	10.70-11.34	11.35 ขึ้นไป
2. ยืนกระโดดไกล (ซม.)	166 ขึ้นไป	157-165	137-156	128-136	127 ลงมา
3. แร้งบีบมือที่ถนัด (กก.)	26.8 ขึ้นไป	24.3-26.7	19.4-24.2	17.0-19.3	16.9 ลงมา
4. ลูก-นั่ง 30 วินาที (ครั้ง)	22 ขึ้นไป	19-21	14-18	11-13	10 ลงมา
5. งอแขนห้อยตัว (วินาที)	10.40 ขึ้นไป	7.77-10.39	2.50-7.76	0.14-2.49	0.13 ลงมา
6. วิ่งเก็บของ (วินาที)	12.19 ลงมา	12.20-12.77	12.78-13.95	13.96-14.53	14.54 ขึ้นไป
7. งอตัวข้างหน้า (ซม.)	12.3 ขึ้นไป	9.5-12.2	3.9-9.4	1.2-3.8	1.1 ลงมา
8. วิ่ง 800 เมตร(นาที:วินาที)	4.25 ลงมา	4.26-4.54	4.55-5.53	5.54-6.22	6.23 ขึ้นไป

เกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกายของนักเรียนชาย อายุ 14 ปี

รายการ	ดีมาก	ดี	ปานกลาง	ต่ำ	ต่ำมาก
1. วิ่ง 50 เมตร (วินาที)	7.39 ลงมา	7.40-7.94	7.95-9.05	9.06-9.60	9.61 ขึ้นไป
2. ยืนกระโดดไกล (ซม.)	207 ขึ้นไป	195-206	171-194	159-170	158 ลงมา
3. แรงบีบมือที่ถนัด (กก.)	36.8 ขึ้นไป	33.2-36.7	25.9-33.1	22.3-25.8	22.2 ลงมา
4. ลูก-นั่ง 30 วินาที (ครั้ง)	28 ขึ้นไป	26-27	21-25	19-20	18 ลงมา
5. ดึงข้อราวเดี่ยว (ครั้ง)	8 ขึ้นไป	7	3-6	2	1 ลงมา
6. วิ่งเก็บของ (วินาที)	10.85 ลงมา	10.86-11.34	11.35-12.33	12.34-12.82	12.83 ขึ้นไป
7. งอตัวข้างหน้า (ซม.)	13.1 ขึ้นไป	10.3-13.0	4.6-10.2	1.8-4.5	1.7 ลงมา
8. วิ่ง 1,000 เมตร (นาที:วินาที)	4.21 ลงมา	4.22-4.48	4.49-5.42	5.43-6.08	6.09 ขึ้นไป

เกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกายของนักเรียนหญิง อายุ 14 ปี

รายการ	ดีมาก	ดี	ปานกลาง	ต่ำ	ต่ำมาก
1. วิ่ง 50 เมตร (วินาที)	8.72 ลงมา	8.73-9.34	9.35-10.58	10.59-11.19	11.20 ขึ้นไป
2. ยืนกระโดดไกล (ซม.)	168 ขึ้นไป	158-167	139-157	129-138	128 ลงมา
3. แรงบีบมือที่ถนัด (กก.)	28.2 ขึ้นไป	25.9-28.1	21.2-25.8	18.9-21.1	18.8 ลงมา
4. ลูก-นั่ง 30 วินาที (ครั้ง)	21 ขึ้นไป	19-20	14-18	11-13	10 ลงมา
5. งอแขนห้อยตัว (วินาที)	10.04 ขึ้นไป	7.51-10.03	2.44-7.50	0.09-2.43	0.08 ลงมา
6. วิ่งเก็บของ (วินาที)	12.24 ลงมา	12.25-12.79	12.80-13.90	13.91-14.45	14.46 ขึ้นไป
7. งอตัวข้างหน้า (ซม.)	13 ขึ้นไป	10.3-12.9	4.8-10.2	2.0-4.7	1.9 ลงมา
8. วิ่ง 800 เมตร (นาที:วินาที)	4.24 ลงมา	4.25-4.51	4.52-5.45	5.46-6.12	6.13 ขึ้นไป

ที่มา: สำนักพัฒนาการพลศึกษา สุขภาพ และนันทนาการ. กรมพลศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ. 2539

**แบบทดสอบทักษะกีฬาเทเบิลเทนนิส
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1**

1. การทดสอบการเดาะลูกหน้ามือ (10 คะแนน)

วัตถุประสงค์ เพื่อทดสอบความสามารถในการทำงานประสานระหว่างสายตาและมือ
วิธีการทดสอบ

1. นักเรียนทดสอบครั้งละ 2 คน ยืนห่างกัน 2 เมตร
2. เมื่อได้ยินสัญญาณเริ่ม ให้นักเรียนเดาะลูกด้วยหน้ามือ
3. นับจำนวนครั้งที่เดาะได้
4. จัดบันทึกคะแนนลงในแบบบันทึก

เกณฑ์ในการทดสอบ

1. คู่มือทางการจับไม้
2. หากลูกตกครั้งที่ 1 ให้นักเรียนเดาะและนับครั้งต่อจากเดิม หากตกครั้งที่ 2 ให้นักเรียนกลับไปฝึกซ้อมมาใหม่ เมื่อมาทดสอบครั้งต่อไป คะแนนเต็มจะลดลง ตามเกณฑ์การให้คะแนน

เกณฑ์การให้คะแนน

การปฏิบัติ	คะแนน
ปฏิบัติได้ 100 ครั้ง โดยลูกปิงปองไม่ตก	10
ปฏิบัติได้ 100 ครั้ง โดยลูกปิงปองตก 1 ครั้ง	9
ปฏิบัติได้ 100 ครั้ง โดยลูกปิงปองตก 2 ครั้ง	8
ปฏิบัติได้ 100 ครั้ง โดยลูกปิงปองตก 3 ครั้ง	7
ปฏิบัติได้ 100 ครั้ง โดยลูกปิงปองตก 4 ครั้ง	6
ปฏิบัติได้ 100 ครั้ง โดยลูกปิงปองตก 5 ครั้ง	5
ปฏิบัติได้ 100 ครั้ง โดยลูกปิงปองตกมากกว่า 5 ครั้ง	4

2. การทดสอบการเดาะลูกหลังมือมือ (10 คะแนน)

วัตถุประสงค์ เพื่อทดสอบความสามารถในการประสานระหว่างสายตาและมือ

วิธีการทดสอบ

1. นักเรียนทดสอบครั้งละ 2 คน ยืนห่างกัน 2 เมตร
2. เมื่อได้ยินสัญญาณเริ่ม ให้นักเรียนเดาะลูกด้วยหลังมือ
3. นับจำนวนครั้งที่เดาะได้
4. จดบันทึกคะแนนลงในแบบบันทึก

เกณฑ์ในการทดสอบ

1. คู่มือทางการจับไม้
2. หากลูกตกครั้งที่ 1 ให้นักเรียนเดาะและนับครั้งต่อจากเดิม หากตกครั้งที่ 2 ให้นักเรียนกลับไปฝึกซ้อมมาใหม่ เมื่อมาทดสอบครั้งต่อไป คะแนนเต็มจะลดลง ตามเกณฑ์การให้คะแนน

เกณฑ์การให้คะแนน

การปฏิบัติ	คะแนน
ปฏิบัติได้ 100 ครั้ง โดยลูกปิงปองไม่ตก	10
ปฏิบัติได้ 100 ครั้ง โดยลูกปิงปองตก 1 ครั้ง	9
ปฏิบัติได้ 100 ครั้ง โดยลูกปิงปองตก 2 ครั้ง	8
ปฏิบัติได้ 100 ครั้ง โดยลูกปิงปองตก 3 ครั้ง	7
ปฏิบัติได้ 100 ครั้ง โดยลูกปิงปองตก 4 ครั้ง	6
ปฏิบัติได้ 100 ครั้ง โดยลูกปิงปองตก 5 ครั้ง	5
ปฏิบัติได้ 100 ครั้ง โดยลูกปิงปองตกมากกว่า 5 ครั้ง	4

3. การทดสอบการเดาะลูกหน้ามือสลับหลังมือ (10 คะแนน)

วัตถุประสงค์ เพื่อทดสอบความสามารถในการประสานระหว่างสายตาและมือ

วิธีการทดสอบ

1. นักเรียนทดสอบครั้งละ 2 คน ยืนห่างกัน 2 เมตร
2. เมื่อได้ยินสัญญาณเริ่ม ให้นักเรียนเดาะลูกด้วยหน้ามือสลับหลังมือ
3. นับจำนวนครั้งที่เดาะได้
4. จดบันทึกคะแนนลงในแบบบันทึก

เกณฑ์ในการทดสอบ

1. คู่มือทางการจับไม้
2. หากลูกตกครั้งที่ 1 ให้นักเรียนเดาะและนับครั้งต่อจากเดิม หากตกครั้งที่ 2 ให้นักเรียนกลับไปฝึกซ้อมมาใหม่ เมื่อมาทดสอบครั้งต่อไป คะแนนเต็มจะลดลง ตามเกณฑ์การให้คะแนน

เกณฑ์การให้คะแนน

การปฏิบัติ	คะแนน
ปฏิบัติได้ 100 ครั้ง โดยลูกปิงปองไม่ตก	10
ปฏิบัติได้ 100 ครั้ง โดยลูกปิงปองตก 1 ครั้ง	9
ปฏิบัติได้ 100 ครั้ง โดยลูกปิงปองตก 2 ครั้ง	8
ปฏิบัติได้ 100 ครั้ง โดยลูกปิงปองตก 3 ครั้ง	7
ปฏิบัติได้ 100 ครั้ง โดยลูกปิงปองตก 4 ครั้ง	6
ปฏิบัติได้ 100 ครั้ง โดยลูกปิงปองตก 5 ครั้ง	5
ปฏิบัติได้ 100 ครั้ง โดยลูกปิงปองตกมากกว่า 5 ครั้ง	4

4. การทดสอบการตีลูกหน้ามือโต้กับคู่ (10 คะแนน)

วัตถุประสงค์ เพื่อทดสอบความสามารถในการตีลูกหน้ามือโต้กับคู่

วิธีการทดสอบ

1. นักเรียนทดสอบครั้งละ 2 คน ยืนประจำโต๊ะ
2. เมื่อได้ยินสัญญาณเริ่ม ให้นักเรียนส่งลูกและตีโต้ด้วยหน้ามือให้ได้จำนวนครั้งมากที่สุด
3. จับเวลา 20 วินาที
4. นับจำนวนครั้งที่ตีโต้ได้
5. จดบันทึกคะแนนลงในแบบบันทึก

เกณฑ์ในการทดสอบ

1. คู่มือทางตีโต้หน้ามือ คือ การจับไม้ การเตรียมพร้อม การเหวี่ยงโต้ตีลูก การส่งแรงตามการก้าวเท้า และการทรงตัว เป็นต้น (5 คะแนน)
2. คู่มือจากจำนวนครั้งที่ตีโต้กับคู่ (5 คะแนน)

เกณฑ์การให้คะแนน

การปฏิบัติ	คะแนน
ปฏิบัติได้มากกว่า 25 ครั้ง	5
ปฏิบัติได้ 22- 25 ครั้ง	4.5
ปฏิบัติได้ 18 - 21 ครั้ง	4
ปฏิบัติได้ 14 - 17 ครั้ง	3.5
ปฏิบัติได้ 10 - 13 ครั้ง	3
ปฏิบัติได้ 6 - 9 ครั้ง	2.5
ปฏิบัติได้น้อยกว่า 5 ครั้ง	2

5. การทดสอบการตีลูกหลังมือโต้กับคู่ (10 คะแนน)

วัตถุประสงค์ เพื่อทดสอบความสามารถในการตีลูกหลังมือโต้กับคู่

วิธีการทดสอบ

1. นักเรียนทดสอบครั้งละ 2 คน ยืนประจำโต๊ะ
2. เมื่อได้ยินสัญญาณเริ่ม ให้นักเรียนส่งลูกและตีโต้ด้วยหลังมือให้ได้จำนวนครั้งมากที่สุด
3. จับเวลา 20 วินาที
4. นับจำนวนครั้งที่ตีโต้ได้
5. จดบันทึกคะแนนลงในแบบบันทึก

เกณฑ์ในการทดสอบ

1. คู่มือทางตีโต้หลังมือ คือ การจับไม้ การเตรียมพร้อม การเหวี่ยงโต้ตีลูก การส่งแรงตามการก้าวเท้า และการทรงตัว เป็นต้น (5 คะแนน)
2. คู่มือจากจำนวนครั้งที่ตีโต้กับคู่ (5 คะแนน)

เกณฑ์การให้คะแนน

การปฏิบัติ	คะแนน
ปฏิบัติได้มากกว่า 25 ครั้ง	5
ปฏิบัติได้ 22- 25 ครั้ง	4.5
ปฏิบัติได้ 18 - 21 ครั้ง	4
ปฏิบัติได้ 14 - 17 ครั้ง	3.5
ปฏิบัติได้ 10 - 13 ครั้ง	3
ปฏิบัติได้ 6 - 9 ครั้ง	2.5
ปฏิบัติได้น้อยกว่า 5 ครั้ง	2

6. การทดสอบการส่งลูก และการรับลูกจากการส่ง (10 คะแนน)

วัตถุประสงค์ เพื่อทดสอบความสามารถในการส่งลูกและการรับลูกจากการส่ง

วิธีการทดสอบ

1. นักเรียนทดสอบครั้งละ 2 คน ขึ้นประจำโต๊ะ
2. เมื่อได้ยินสัญญาณเริ่ม ให้นักเรียนส่งลูกให้ฝ่ายตรงข้าม
3. ให้นักเรียนฝ่ายตรงข้ามรับลูกจากการส่งโดยตีกลับมาให้ฝ่ายส่งลูก
4. ส่งลูกจำนวน 5 ครั้ง และเปลี่ยนให้ฝ่ายรับลูกเป็นฝ่ายส่งลูก
5. จดบันทึกคะแนนลงในแบบบันทึก

เกณฑ์ในการทดสอบ

1. คุณค่าทางการส่งลูก คือ การเตรียมพร้อม การโยนลูก การตีลูก ทิศทางของลูก ความรุนแรง และการหมุนของลูก (5 คะแนน)

2. การรับลูกจากการส่ง 5 ลูก (5 คะแนน)

เกณฑ์การให้คะแนน

การปฏิบัติ	คะแนน
รับลูกกลับมาตี 5 ครั้ง	5
รับลูกกลับมาตี 4 ครั้ง	4
รับลูกกลับมาตี 3 ครั้ง	3
รับลูกกลับมาตี 2 ครั้ง	2
รับลูกกลับมาตี 1 ครั้ง	1
รับลูกไม่ได้เลย	0

7. การตีลูกหมุน (10 คะแนน)

วัตถุประสงค์ เพื่อทดสอบความสามารถในการตีลูกหมุน

วิธีการทดสอบ

1. นักเรียนทดสอบครั้งละ 2 คน ขึ้นประจำโต๊ะ
2. เมื่อได้ยินสัญญาณเริ่ม ให้นักเรียนส่งลูกให้ฝ่ายตรงข้าม
3. ให้นักเรียนฝ่ายตรงข้ามตีลูกกลับมาโดยการตีลูกหมุน จำนวน 5 ครั้ง และเปลี่ยนให้ฝ่าย

รับลูกเป็นฝ่ายส่งลูก

4. จดบันทึกคะแนนลงในแบบบันทึก

เกณฑ์ในการทดสอบ

1. การตีลูกหมุน 5 ลูก (5 คะแนน)

เกณฑ์การให้คะแนน

การปฏิบัติ	คะแนน
ตีลูกลงโต๊ะ 5 ครั้ง	5
ตีลูกลงโต๊ะ 4 ครั้ง	4
ตีลูกลงโต๊ะ 3 ครั้ง	3
ตีลูกลงโต๊ะ 2 ครั้ง	2
ตีลูกลงโต๊ะ 1 ครั้ง	1
ตีลูกไม่ลงโต๊ะ	0

8. การตีลูกเร็ว (10 คะแนน)

วัตถุประสงค์ เพื่อทดสอบความสามารถในการตีลูกเร็ว

วิธีการทดสอบ

1. นักเรียนทดสอบครั้งละ 2 คน ขึ้นประจำโต๊ะ
2. เมื่อได้ยินสัญญาณเริ่ม ให้นักเรียนส่งลูกให้ฝ่ายตรงข้าม
3. ให้นักเรียนฝ่ายตรงข้ามตีลูกกลับมาโดยการตีลูกเร็ว จำนวน 5 ครั้ง และเปลี่ยนให้ฝ่าย

รับลูกเป็นฝ่ายส่งลูก

4. จัดบันทึกคะแนนลงในแบบบันทึก

เกณฑ์ในการทดสอบ

1. การตีลูกเร็ว 5 ลูก (5 คะแนน)

เกณฑ์การให้คะแนน

การปฏิบัติ	คะแนน
ตีลูกลงโต๊ะ 5 ครั้ง	5
ตีลูกลงโต๊ะ 4 ครั้ง	4
ตีลูกลงโต๊ะ 3 ครั้ง	3
ตีลูกลงโต๊ะ 2 ครั้ง	2
ตีลูกลงโต๊ะ 1 ครั้ง	1
ตีลูกไม่ลงโต๊ะ	0

9. การตีลูกตบ (10 คะแนน)

วัตถุประสงค์ เพื่อทดสอบความสามารถในการตีลูกตบ

วิธีการทดสอบ

1. นักเรียนทดสอบครั้งละ 2 คน ขึ้นประจำโต๊ะ
2. เมื่อได้ยินสัญญาณเริ่ม ให้นักเรียนส่งลูกให้ฝ่ายตรงข้าม
3. ให้นักเรียนฝ่ายตรงข้ามตีลูกกลับมาโดยการตีลูกตบ จำนวน 5 ครั้ง และเปลี่ยนให้ฝ่ายรับลูก

เป็นฝ่ายส่งลูก

4. จัดบันทึกคะแนนลงในแบบบันทึก

เกณฑ์ในการทดสอบ

1. การตีลูกตบ 5 ลูก (5 คะแนน)

เกณฑ์การให้คะแนน

การปฏิบัติ	คะแนน
ดีลูกลงโต๊ะ 5 ครั้ง	5
ดีลูกลงโต๊ะ 4 ครั้ง	4
ดีลูกลงโต๊ะ 3 ครั้ง	3
ดีลูกลงโต๊ะ 2 ครั้ง	2
ดีลูกลงโต๊ะ 1 ครั้ง	1
ดีลูกไม่ลงโต๊ะ	0

10. การดีลูกหยอด (10 คะแนน)

วัตถุประสงค์ เพื่อทดสอบความสามารถในการดีลูกหยอด

วิธีการทดสอบ

1. นักเรียนทดสอบครั้งละ 2 คน ขึ้นประจำโต๊ะ
2. เมื่อได้ยินสัญญาณเริ่ม ให้นักเรียนส่งลูกให้ฝ่ายตรงข้าม
3. ให้นักเรียนฝ่ายตรงข้ามดีลูกกลับมาโดยการดีลูกหยอด จำนวน 5 ครั้ง และเปลี่ยนให้ฝ่าย

รับลูกเป็นฝ่ายส่งลูก

4. จัดบันทึกคะแนนลงในแบบบันทึก

เกณฑ์ในการทดสอบ

1. การดีลูกหยอด 5 ลูก (5 คะแนน)

เกณฑ์การให้คะแนน

การปฏิบัติ	คะแนน
ดีลูกลงโต๊ะ 5 ครั้ง	5
ดีลูกลงโต๊ะ 4 ครั้ง	4
ดีลูกลงโต๊ะ 3 ครั้ง	3
ดีลูกลงโต๊ะ 2 ครั้ง	2
ดีลูกลงโต๊ะ 1 ครั้ง	1
ดีลูกไม่ลงโต๊ะ	0

แบบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านคุณธรรม จริยธรรม

จุดมุ่งหมาย เพื่อวัดคุณธรรมจริยธรรม การมีน้ำใจนักกีฬา การปรับตัวทางสังคมของนักเรียน

วิธีการวัด ครูใช้แบบสังเกตพฤติกรรมทั้งชุด ก ซึ่งเป็นพฤติกรรมด้านดี และชุด ข ซึ่งเป็นพฤติกรรมด้านด้อยเพื่อสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนแต่ละคน

เกณฑ์และการให้คะแนน

ชุด ก

ชัดเจนมาก = +3

ชัดเจน = +2

เพียงบางครั้ง = +1

ไม่มีเลย = 0

ชุด ข

ชัดเจนมาก = -3

ชัดเจน = -2

เพียงบางครั้ง = -1

ไม่มีเลย = 0

แบบสังเกตพฤติกรรมด้านคุณธรรม จริยธรรม

ชื่อ – สกุล ชั้น ม. 1 / เลขที่.....

คำชี้แจง

แบบสังเกตฉบับนี้มี 2 ชุด ชุดละ 10 ข้อ รวมทั้งหมด 20 ข้อ โปรดอ่านข้อความในแต่ละข้อ แล้วพิจารณาการปฏิบัติและข้อความนั้นด้วยการทำเครื่องหมาย ลงในช่องที่ตรงกับการปฏิบัติ ของนักเรียน

ชุด ก ด้านดี

ข้อที่	ข้อความ	การปฏิบัติ			
		ชัดเจน มาก	ชัดเจน	เพียง บางครั้ง	ไม่มีเลย
1	นักเรียนมีความกระตือรือร้นในการออกกำลังกาย เล่นเกมและกีฬา				
2	นักเรียนมีมนุษยสัมพันธ์ดี				
3	นักเรียนมีความเชื่อมั่นในตนเอง มีความเชื่อถือและวางใจได้				
4	นักเรียนมีความร่วมมือในการปฏิบัติงานกลุ่ม				
5	นักเรียนปฏิบัติตามกฎ ระเบียบ				
6	นักเรียนมีความเป็นผู้นำ ชอบแสดงออกและช่วยเหลือเพื่อนร่วมชั้น				
7	นักเรียนมีความสามารถในการปรับตัวให้เข้ากับสภาพการณ์ใหม่ๆ ได้ดี				
8	นักเรียนมีความอดทน อดกลั้น และควบคุมอารมณ์ตนเองได้ดี				
9	นักเรียนมีความอ่อนน้อม และรับฟังความคิดเห็นของคนอื่น				
10	นักเรียนมีความรับผิดชอบในการทำงานที่ได้รับมอบหมาย				

ผลรวมคะแนน ชุด ก =

ชุด ข ด้านด้อย

ข้อที่	ข้อความ	การปฏิบัติ			
		ชัดเจน มาก	ชัดเจน	เพียง บางครั้ง	ไม่มีเลย
1	นักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมกีฬาบ่อยอย่าง				
2	นักเรียนมีการแยกตัว ชอบอยู่คนเดียวเงียบๆ				
3	นักเรียนขาดความเชื่อมั่นในตนเอง				
4	นักเรียนมีความลังเลในการตัดสินใจ ตัดสินใจช้า				
5	นักเรียนไม่กล้ารับผิดชอบในงานที่ได้รับมอบหมาย				
6	นักเรียนมีความกลัว				
7	นักเรียนมีหน้าตาเป็นคนเจ้าทุกข์ มีความกังวล				
8	นักเรียนมักหลีกเลี่ยงการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม				
9	นักเรียนไม่ชอบและไม่กล้าแสดงออกในที่ประชุม หรือหน้าชั้นเรียน				
10	นักเรียนไม่มีความไว้วางใจในบุคคลใดๆ ยกเว้นเพื่อนที่สนิทจริงๆ				

ผลรวมคะแนน ชุด ข =

(ผลรวมคะแนน ชุด ก) - (ผลรวมคะแนน ชุด ข) =

คะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านคุณธรรม จริยธรรม =

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน

วันที่...../...../.....

แบบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติ

จุดมุ่งหมาย เพื่อวัดเจตคติของนักเรียนที่มีต่อวิชาพลศึกษา

- วิธีการวัด**
1. ครูให้นักเรียนทำแบบประเมินตนเอง
 2. ครูบันทึกแบบสังเกตพฤติกรรมด้านเจตคติต่อวิชาพลศึกษา

เกณฑ์และการให้คะแนน

การให้คะแนนแบบประเมินตนเอง

ข้อความเชิงนิมมาน (ทางบวก) ข้อ 1,4,6,8,10,12,14,16,18,19 ให้คะแนนดังนี้

เห็นด้วยอย่างยิ่ง	=	5
เห็นด้วย	=	4
ไม่แน่ใจ	=	3
ไม่เห็นด้วย	=	2
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	=	1

ข้อความเชิงนิเสธ (ทางลบ) ข้อ 2,3,5,7,9,11,13,15,17,20 ให้คะแนนดังนี้

เห็นด้วยอย่างยิ่ง	=	1
เห็นด้วย	=	2
ไม่แน่ใจ	=	3
ไม่เห็นด้วย	=	4
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	=	5

แบบประเมินเจตคติต่อวิชาพลศึกษา

ชื่อ – สกุล ชั้น ม. 1 / เลขที่.....

คำชี้แจง

1. แบบประเมินฉบับนี้มีทั้งหมด 20 ข้อ โปรดอ่านข้อความในแต่ละข้อแล้วพิจารณาแสดงความคิดเห็นที่มีต่อข้อความนั้นด้วยการทำเครื่องหมาย ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียน
2. แบบประเมินนี้ไม่มีคำตอบใดถูกหรือผิดนักเรียนสามารถตอบตามความคิดเห็นของนักเรียน แบบประเมินนี้ไม่มีผลต่อคะแนน
3. นักเรียนตอบแบบประเมินให้ครบทุกข้อใช้เวลา 40 นาที

ข้อที่	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่ แน่ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
1	นักเรียนคิดว่าการออกกำลังกายเป็นประจำทุกวัน ช่วยให้มีสุขภาพดี					
2	นักเรียนอยากเรียนวิชาอื่นแทนวิชาพลศึกษา					
3	นักเรียนคิดว่าวิชาพลศึกษาไม่ช่วยให้เรียนวิชาอื่นๆ ดีขึ้นได้					
4	นักเรียนชอบอ่านหนังสือที่เกี่ยวข้องกับการออกกำลังกาย การเล่นเกมและกีฬา					
5	นักเรียนคิดว่าการเรียนพลศึกษาทำให้เกิดผลเสียต่อร่างกายมากกว่าผลดี					
6	นักเรียนคิดว่าพลศึกษาเป็นวิชาที่น่าเรียนกว่าวิชาอื่นๆ					
7	นักเรียนคิดว่าพลศึกษาเป็นวิชาที่น่าเบื่อ					
8	นักเรียนติดตามข่าวการแข่งขันกีฬาต่างๆเป็นประจำ					
9	นักเรียนรู้สึกกังวลมากเมื่อเรียนวิชาพลศึกษา					
10	นักเรียนคิดว่าพลศึกษาเป็นวิชาที่พัฒนามนุษย์					

ข้อที่	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง
11	นักเรียนคิดว่าการปฏิบัติทักษะกีฬา มีความยากมาก นักเรียนจึงไม่อยากเรียน วิชาพลศึกษา					
12	ถ้านักเรียนมีเวลาว่างนักเรียนจะออกกำลัง กายเสมอ					
13	ในชั่วโมงพลศึกษาแต่ละครั้งนักเรียน ต้องการให้เวลาผ่านไปเร็วๆ					
14	ชั่วโมงพลศึกษาเป็นชั่วโมงที่นักเรียน รอคอย					
15	เมื่อคุณครูให้ไปฝึกซ้อม นักเรียนต้องฝืนใจ ทำงานสำเร็จ					
16	เมื่อคุณครูให้ไปฝึกซ้อม นักเรียนตั้งใจ ฝึกซ้อมอย่างเต็มที่					
17	นักเรียนคิดว่าพลศึกษาไม่ทำให้นักเรียน มีสุขภาพร่างกายที่ดี					
18	นักเรียนชอบออกกำลังกาย เล่นเกมและกีฬา กับเพื่อนๆนอกชั่วโมงเรียนพลศึกษา					
19	นักเรียนชอบวิชาพลศึกษามากกว่าวิชาอื่นๆ					
20	นักเรียนไม่ชอบชมกีฬา					

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน

วันที่...../...../.....

แบบสังเกตพฤติกรรมด้านเจตคติต่อวิชาพลศึกษา

คำชี้แจง

1. ครูสำรวจรายชื่อนักเรียน 12 สัปดาห์ เพื่อสังเกตพฤติกรรมมาเรียนวิชาพลศึกษาของนักเรียน (5คะแนน)
2. ครูสำรวจอุปกรณ์การเรียนและเครื่องแต่งกายของนักเรียน 12 สัปดาห์ เพื่อสังเกตพฤติกรรมความสนใจและความเอาใจใส่ต่อการเรียนวิชาพลศึกษา (5 คะแนน)

ภาคผนวก จ

คะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษาของนักเรียนกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม
ก่อนเรียนและหลังเรียน

คะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษาของนักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อนทดลอง

เลขที่	ชื่อ-นามสกุล	ความรู้	ทักษะ	สมรรถภาพ	คุณธรรม จริยธรรม	เจตคติ	รวม
1.		9.00	6.50	6.93	10.33	9.12	46.84
2.		10.00	8.50	7.33	10.33	10.68	46.37
3.		12.00	9.00	7.20	8.33	9.84	41.61
4.		11.00	7.50	7.47	7.00	8.64	39.93
5.		9.00	6.50	7.20	9.67	7.56	42.44
6.		10.00	6.50	6.67	9.67	9.60	40.99
7.		10.00	6.50	6.40	9.33	8.76	45.97
8.		11.00	8.50	7.47	10.00	9.00	48.07
9.		9.00	11.00	7.87	10.00	10.20	42.25
10.		9.00	8.50	6.80	9.67	8.28	40.80
11.		8.00	8.00	6.67	10.33	7.80	48.24
12.		10.00	10.00	7.33	11.67	9.24	46.23
13.		8.00	9.00	7.07	11.00	11.16	44.47
14.		11.00	6.50	6.13	11.00	9.84	44.85
15.		13.00	6.50	6.80	9.67	8.88	43.10
16.		11.00	9.00	6.67	7.67	8.76	44.62
17.		10.00	6.50	7.47	10.33	10.32	46.60
18.		13.00	7.00	7.47	8.33	10.80	47.92
19.		14.00	7.50	7.73	9.33	9.36	43.78
20.		15.00	6.00	7.47	6.67	8.64	47.41
21.		11.00	6.00	7.73	12.00	10.68	42.54
22.		11.00	8.50	7.33	7.67	8.04	42.89
23.		12.00	6.50	7.20	8.67	8.52	43.88
24.		11.00	9.00	7.33	7.67	8.88	43.05
25.		10.00	7.50	7.20	10.67	7.68	38.19
26.		9.00	6.50	6.93	7.00	8.76	43.20
27.		8.00	8.00	6.93	10.67	9.60	43.98
28.		8.00	9.00	6.93	10.33	9.72	41.86
29.		9.00	9.00	6.67	8.67	8.52	40.28
30.		10.00	6.50	6.93	8.33	8.52	42.94

31.		11.00	6.50	6.93	8.67	9.84	40.81
32.		9.00	6.50	7.47	8.00	9.84	47.52
33.		11.00	10.00	7.07	10.33	9.12	37.31
34.		8.00	6.00	7.07	7.00	9.24	44.47
35.		11.00	8.00	7.47	9.00	9.00	44.79
36.		10.00	9.00	7.60	9.67	8.52	44.24
37.		9.00	9.50	6.93	9.33	9.48	46.76
38.		11.00	9.50	7.33	9.33	9.60	48.05
39.		12.00	9.00	7.60	10.33	9.12	43.38
40.		12.00	7.00	7.47	7.67	9.24	45.14
41.		13.00	8.00	6.67	6.67	10.80	41.92
42.		11.00	8.00	7.07	7.33	8.52	45.78
43.		9.00	8.00	7.73	11.33	9.72	40.00
44.		9.00	6.00	6.80	8.00	10.20	42.70
45.		10.00	7.00	6.93	8.33	10.44	41.65
46.		11.00	7.50	6.67	9.00	9.48	43.57
47.		12.00	7.50	7.07	8.00	9.00	43.57

คะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษาของนักเรียนกลุ่มทดลอง หลังทดลอง

เลขที่	ชื่อ-นามสกุล	ความรู้	ทักษะ	สมรรถภาพ	คุณธรรม จริยธรรม	เจตคติ	รวม
1.		15.53	11.70	13.72	17.43	15.55	73.93
2.		17.25	15.30	14.51	17.43	18.21	82.70
3.		18.00	16.20	14.26	14.06	16.78	79.29
4.		18.98	13.50	14.79	11.81	14.73	73.81
5.		15.53	11.70	14.26	16.32	12.89	70.69
6.		17.25	11.70	13.21	16.32	16.37	74.84
7.		17.25	11.70	12.67	15.74	14.94	72.30
8.		18.98	15.30	14.79	16.88	15.35	81.29
9.		15.53	19.80	15.58	16.88	17.39	85.17
10.		15.53	15.30	13.46	16.32	14.12	74.72
11.		13.80	14.40	13.21	17.43	13.30	72.14
12.		17.25	18.00	14.51	19.69	15.75	85.21
13.		13.80	16.20	14.00	18.56	19.03	81.59
14.		18.98	11.70	12.14	18.56	16.78	78.15
15.		18.00	11.70	13.46	16.32	15.14	74.62
16.		18.98	16.20	13.21	12.94	14.94	76.26
17.		17.25	11.70	14.79	17.43	17.60	78.77
18.		17.00	12.60	14.79	14.06	18.41	76.86
19.		17.25	13.50	15.31	15.74	15.96	77.76
20.		15.53	10.80	14.79	11.26	14.73	67.10
21.		18.98	10.80	15.31	15.25	18.21	78.54
22.		18.98	15.30	14.51	12.94	13.71	75.44
23.		16.00	11.70	14.26	14.63	14.53	71.11
24.		18.98	16.20	14.51	12.94	15.14	77.77
25.		17.25	13.50	14.26	18.01	13.09	76.11
26.		15.53	11.70	13.72	11.81	14.94	67.69
27.		13.80	14.40	13.72	18.01	16.37	76.30
28.		13.80	16.20	13.72	17.43	16.57	77.73
29.		15.53	16.20	13.21	14.63	14.53	74.09
30.		17.25	11.70	13.72	14.06	14.53	71.25

31.		18.98	11.70	13.72	14.63	16.78	75.80
32.		15.53	11.70	14.79	13.50	16.78	72.29
33.		18.98	18.00	14.00	17.43	15.55	83.96
34.		13.80	10.80	14.00	11.81	15.75	66.17
35.		18.98	14.40	14.79	15.19	15.35	78.70
36.		17.25	16.20	15.05	16.32	14.53	79.34
37.		15.53	17.10	13.72	15.74	16.16	78.25
38.		18.98	17.10	14.51	15.74	16.37	82.70
39.		17.00	16.20	15.05	17.43	15.55	81.23
40.		16.00	12.60	14.79	12.94	15.75	72.09
41.		15.00	14.40	13.21	11.26	18.41	72.28
42.		18.98	14.40	14.00	12.37	14.53	74.27
43.		15.53	14.40	15.31	19.12	16.57	80.92
44.		15.53	10.80	13.46	13.50	17.39	70.68
45.		17.25	12.60	13.72	14.06	17.80	75.43
46.		15.53	13.50	13.21	15.19	16.16	73.58
47.		17.25	13.50	14.00	13.50	15.35	73.59

คะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษาของนักเรียนกลุ่มควบคุม ก่อนทดลอง

เลขที่	ชื่อ-นามสกุล	ความรู้	ทักษะ	สมรรถภาพ	คุณธรรม จริยธรรม	เจตคติ	รวม
1.		8.00	8.50	7.20	10.33	7.92	41.95
2.		10.00	8.50	6.67	11.33	7.08	43.58
3.		11.00	7.50	6.00	9.33	6.60	40.43
4.		9.00	7.00	7.60	12.00	7.80	43.40
5.		10.00	6.50	7.20	14.00	8.64	46.34
6.		10.00	6.50	6.27	10.67	8.28	41.72
7.		12.00	7.00	6.67	9.33	5.16	40.16
8.		14.00	11.00	6.93	7.33	8.16	47.42
9.		11.00	8.00	7.20	9.33	9.24	44.77
10.		9.00	8.50	7.20	8.67	10.68	44.05
11.		9.00	7.00	6.93	15.00	10.80	48.73
12.		9.00	7.00	7.07	8.33	9.60	41.00
13.		9.00	6.50	7.60	8.00	9.00	40.10
14.		12.00	10.50	6.53	11.67	9.36	50.06
15.		13.00	7.00	7.60	8.67	7.44	43.71
16.		12.00	11.00	6.67	11.00	8.52	49.19
17.		11.00	7.00	7.07	9.67	9.96	44.70
18.		11.00	8.00	7.33	9.00	9.96	45.29
19.		9.00	7.00	6.93	8.67	8.64	40.24
20.		9.00	10.50	6.67	7.00	9.36	42.53
21.		8.00	6.50	7.07	10.33	8.52	40.42
22.		8.00	7.00	6.80	7.00	8.88	37.68
23.		8.00	9.00	6.53	9.00	10.32	42.85
24.		7.00	7.50	7.87	8.00	10.68	41.05
25.		10.00	7.50	7.73	9.00	7.08	41.31
26.		13.00	7.50	6.53	9.67	8.16	44.86
27.		14.00	6.50	7.60	8.33	7.44	43.87
28.		12.00	6.50	7.07	9.67	9.72	44.96
29.		12.00	8.00	7.07	11.33	10.08	48.48
30.		11.00	7.50	7.33	9.00	9.48	44.31

31.		9.00	8.00	7.07	8.33	8.76	41.16
32.		9.00	10.00	7.20	11.33	10.68	48.21
33.		8.00	6.50	7.20	12.33	5.16	39.19
34.		9.00	6.50	7.73	10.67	11.16	45.06
35.		9.00	9.00	7.60	13.00	10.56	49.16
36.		8.00	8.00	7.33	11.67	8.76	43.76
37.		10.00	7.00	7.47	11.67	8.40	44.54
38.		9.00	7.00	6.27	6.00	7.92	36.19
39.		10.00	9.00	7.47	10.00	9.36	45.83
40.		8.00	7.00	6.40	13.33	9.00	43.73
41.		9.00	8.00	7.33	8.00	7.92	40.25
42.		10.00	7.50	7.33	9.67	10.80	45.30
43.		10.00	9.00	7.33	9.67	9.12	45.12
44.		12.00	8.00	7.60	10.00	10.08	47.68
45.		10.00	6.50	7.73	9.67	9.36	43.26
46.		9.00	6.50	7.73	9.67	9.48	41.88

คะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษาของนักเรียนกลุ่มควบคุม หลังทดลอง

เลขที่	ชื่อ-นามสกุล	ความรู้	ทักษะ	สมรรถภาพ	คุณธรรม จริยธรรม	เจตคติ	รวม
1.		12.00	8.47	11.16	13.43	10.56	55.62
2.		15.00	9.68	10.34	13.60	9.44	58.06
3.		15.00	7.94	9.30	11.20	8.80	52.24
4.		16.00	9.16	11.78	14.40	10.40	61.74
5.		17.00	8.78	11.16	16.80	11.52	65.26
6.		15.00	8.46	9.72	12.80	11.04	57.02
7.		16.00	9.69	10.34	11.20	6.88	54.11
8.		17.00	7.62	10.74	8.80	10.88	55.04
9.		16.00	8.97	11.16	11.20	12.32	59.65
10.		14.00	11.80	11.16	10.40	14.24	61.60
11.		13.00	7.88	10.74	21.00	14.40	67.02
12.		14.00	8.69	10.96	11.66	12.80	58.11
13.		14.00	9.59	11.78	11.20	12.00	58.57
14.		15.00	7.15	10.12	16.34	12.48	61.09
15.		14.00	9.18	11.78	12.14	9.92	57.02
16.		16.00	7.50	10.34	15.40	11.36	60.60
17.		14.00	8.62	10.96	13.54	13.28	60.40
18.		13.00	8.91	11.36	12.60	13.28	59.15
19.		14.00	9.25	10.74	12.14	11.52	57.65
20.		15.00	7.78	10.34	9.80	12.48	55.40
21.		15.00	10.22	10.96	14.46	11.36	62.00
22.		14.00	9.04	10.54	9.80	11.84	55.22
23.		14.00	8.97	10.12	12.60	13.76	59.45
24.		16.00	8.94	12.20	11.20	14.24	62.58
25.		14.00	9.89	11.98	12.60	9.44	57.91
26.		16.00	10.59	10.12	13.54	10.88	61.13
27.		15.00	9.62	11.78	11.66	9.92	57.98
28.		14.00	10.97	10.96	13.54	12.96	62.43
29.		15.00	9.69	10.96	15.86	13.44	64.95
30.		14.00	11.00	11.36	12.60	12.64	61.60

31.		13.00	12.06	10.96	11.66	11.68	59.36
32.		12.00	8.97	11.16	15.86	14.24	62.23
33.		12.00	10.97	11.16	17.26	6.88	58.27
34.		13.00	13.28	11.98	14.94	14.88	68.08
35.		13.00	10.09	11.78	18.20	14.08	67.15
36.		13.00	9.97	11.36	16.34	11.68	62.35
37.		15.00	11.53	11.58	16.34	11.20	65.65
38.		14.00	12.47	9.72	8.40	10.56	55.15
39.		16.00	9.13	11.58	14.00	12.48	63.19
40.		15.00	10.09	9.92	18.66	12.00	65.67
41.		15.00	10.84	11.36	11.20	10.56	58.96
42.		14.00	9.62	11.36	13.54	14.40	62.92
43.		14.00	8.31	11.36	13.54	12.16	59.37
44.		17.00	9.97	11.78	14.00	13.44	66.19
45.		16.00	11.59	11.98	13.54	12.48	65.59
46.		15.00	12.13	11.98	13.54	12.64	65.29

ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

ชื่อ	ว่าที่ร้อยตรีหญิงพัชรี พูลสวัสดิ์
วัน เดือน ปีเกิด	26 ตุลาคม 2530
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ.2540	ระดับอนุบาลโรงเรียนสุเหร่าจระเข้บ
พ.ศ.2542	ระดับประถมศึกษาโรงเรียนสุเหร่าจระเข้บ
พ.ศ.2548	ระดับมัธยมศึกษาโรงเรียนราชดำริ กรุงเทพมหานคร
พ.ศ.2552	ระดับปริญญาตรี วิทยาศาสตร์บัณฑิต (พลศึกษา) คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
พ.ศ.2556	ระดับปริญญาโท ครุศาสตรมหาบัณฑิต (สุขศึกษาและพลศึกษา) ภาควิชาหลักสูตรและการสอน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย